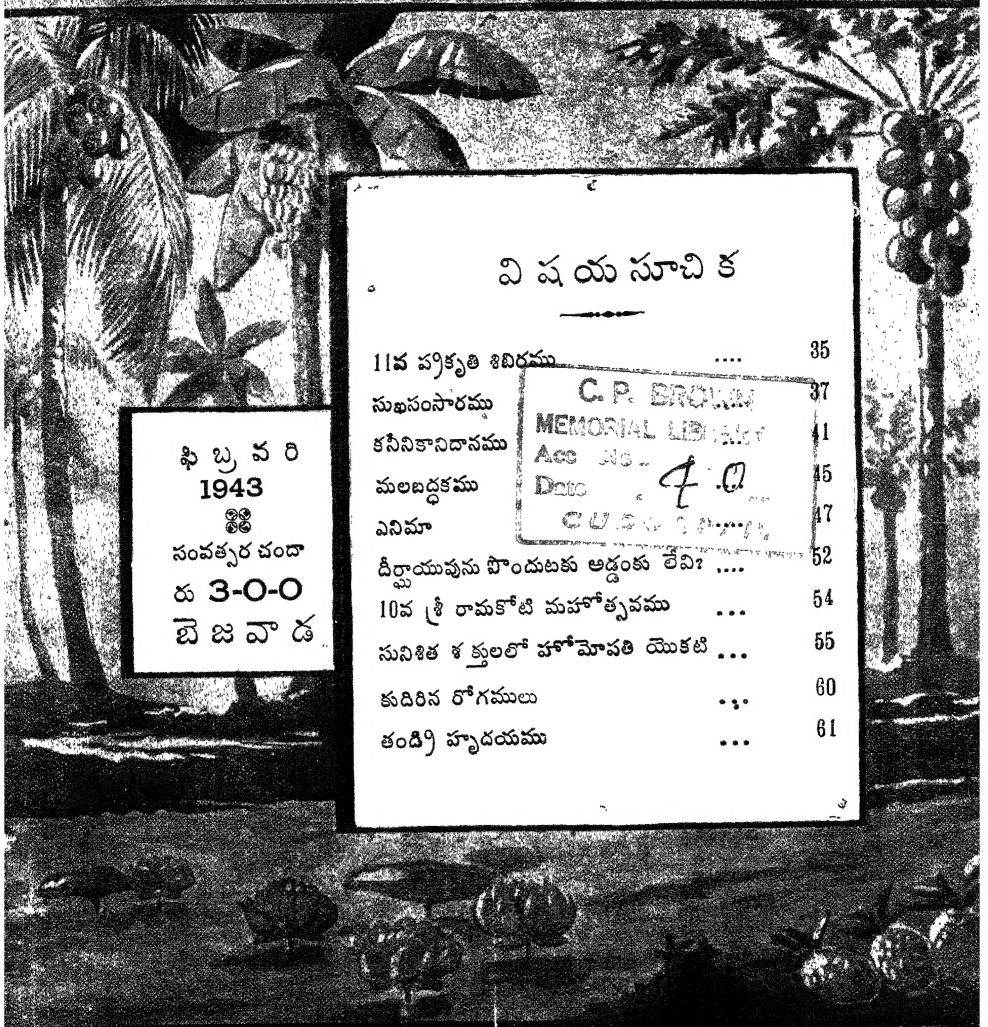




సతత సహజ మేధా మాన పత్రిక



విషయ సూచిక

11వ ప్రకృతి జిందగి	35
సుఖసంసారము		
కనీనికానిదానము		
మలబద్ధకము		
ఎనిమా		
దీప్తాయువును పొందుటకు అడ్డంకు లేనివి:		52
10వ శ్రీ రామకోటి మహోత్సవము	...	54
సునిశిత శక్తులలో హోమోపతి యొకటి	...	55
కుడిరిన రోగములు	...	60
తండ్రి హృదయము	...	61

ఫి బ్ర వ రి
1943
జి

సంవత్సర చందా
రు 3-0-0
బై జి వా డ

C. P. BROWN
MEMORIAL LIBRARY
Acc No. 40
Date
C. P. BROWN

३५३

సచిత్రి సహజనైద్య మానపత్రిక
బె జి వా డ.

మన ప్రస్తుత సాంకేతి ప్రపంచంలో సాంకేతి ప్రక్రియ నియంత్రణలకు అనుగుణిత తాత్కాలిక రౌన్డ్స్ సుఖముల సమగ్ర ఫైర్ లైన్ సౌఖ్యమును తెలియజేసే తెలుగు లాల్ కవిత్వం (సమగ్ర) చురుకైనది. మానవుడు ఈ ప్రకారముగా అనుభవించుచున్న తారిత్రాగత, మానసిక వ్యాధిభాగ్యాలకు అనుగుణితంగా సాధన లేవో, మరలు - అవశేషము లేనందు భూమిమీదనే స్వర్గమును అభివలించుట సమర్థం. ఈ ప్రక్రియ వికారమును, మరణం, ఇంజనీరింగు అనంతరం లేకుండా అతిమూల్రము, క్రియ, కష్టం, రాజపుత్రము మొదలైన ఆసాధ్యమైనవి మరణం గాని, సాంకేతికవిజయం, జలము, శుభవాసము, ఫలహారము, ఆరోగ్యమును, ప్రవృత్తినిర్వహణ, మట్టి, వ్యాధిరాముము, మరణ మొదలగు సామలన నిర్మాణములను సులభముగా విధానములను తెలుపుతూ.

సంవత్సర చందా రు 10-0-0 లు మాత్రమే.

అందరూ వెద్యుకావాలి

ఎందుకు? ఒకరు లోగులు - ఇంకొకరు వైద్యులు అటం మానవజాతికే లోపం - అందరూ వైద్యులు కావాలి - లోగాలు పోవాలి - ప్రృథ్విధర్మం వ్యాప్తికావాలి.

ఎట్లు? (వక్రతి గృహవైద్యపాఠములు చదవండి)

ఇందు వివిధ ప్రకృతి చికిత్సానిధానములను గురించి తెలుపు 24 సాతములు కలవు. ప్రతి సాతం చివరి ప్రశ్నలు కలవు. ఒక సాతం చదివి ప్రశ్నలకు జవాబు వ్రాస్తే ఆ జవాబులను ద్విది పంపుదుము.

ఇంతకంటే మంచి సావకాశం దొరకదు

పేరి దు 2-8-0; ప్రకృతి చందాదర్శకు దు 2-0-0. ప్రకృతి కార్యాలయటస్థు, బెజవాడ.

ప్రకృతి చికిత్సా గ్రంథములు (ప్రకృతి వందాధార్మిక చౌకధరలు)

సూర్యకిరణచికితృగంధములు

	పెరి ఇతరలకు	పెరి చందాదార్లకు
* సునిశితపెద్దం	4 8 0	3 8 0
ప్రాథమభాగం	2 0 0	1 8 0
వరచిత్త	0 6 0	0 4 0
వరపెద్దమంజరి	0 6 0	0 4 0
వరపెద్దము	0 5 0	0 4 0
సూర్యకిరణ చిత్త	0 6 0	0 4 0

జలచికిత్స గ్రంథములు

శ్రీ లోక్ సేవకము	3 0 0	2 8 0
లక్ష్యజలచికిత్స	0 12 0	0 8 0
సైనిక జలచికిత్స	0 12 0	0 8 0
లోక్ సేవ నియమములు	0 6 0	0 4 0
ధారాచికిత్స	0 4 0	0 3 0
శ్రీ లోక్ సేవకము	0 6 0	0 4 0
శ్రీ లోక్ సేవకము	0 6 0	0 4 0

	పెల	పెల
	ఇతరలకు	చందాదార్లకు
కూనెమహర్షిబోధ	0 2 0	0 1 0
జలచికిత్స	0 0 6	0 0 6
అహారశాస్త్రగంధములు		
నిర్విచారభావిజీవనము, కొన్నినిగూర్చి	1 8 0	1 0 0
అహారము 1. భాగము	0 12 0	0 8 0
డిటా 2. భాగము	0 4 0	0 3 0
చచ్చితిండివలని ప్రయోజనములు	0 12 0	0 8 0
తెల్లచక్కెరవలని విపత్తు	0 6 0	0 4 0
తేనీరు విషతుల్యము	0 6 0	0 4 0
జంబీర చికిత్స	0 3 0	0 2 0
సమరసాహారము, విరుద్ధాహారమిత్రము	0 2 0	0 1 0
అహారసమ్మేళనపు గోళ	0 2 0	0 1 0
అల్యామినియంపాత్రలు	0 2 0	0 1 0
భోజన విధానము	0 2 0	0 2 0
సజీవాహారము	0 1 0	0 1 0
అహారసంస్కరణము	0 4 0	0 3 0

చిరునామా: ప్రకృతి కార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.

సంవత్సర చందా



రూ 3-0-0

స హ జ వై ద్య స చి త్ర మా స వ త్రి క

సంపుటము 25

జవాబు

సంచిక 2

ఫిబ్రవరి 1943

ప్రకృతి పత్రిక జూబిలీ సంచిక

1943 సంవత్సరము ఆగష్టు సంచిక జూబిలీ సంచికగా వెడలింప దలచినాము. అప్పటికి ప్రకృతి పత్రిక ఆరంభించి 24 సంవత్సరములు వెళ్ళిపోయి 25 వ సంవత్సరము ఆరంభిస్తుంది. 9-8-43 తేదినాడు జరిగే నారిశెట్టి హనుమయ్యగారి వార్షికోత్సవానికి పత్రికను తయారు చేస్తాము. ఈ లోపుగనే 1-4-43 తేది లోపల చందాదారులుగా చేరిన వారికి జూబిలీ సంచిక ఉచితంగా యిస్తాము. మిగతా వారికి మామూలు పత్రికే వస్తుంది. జూబిలీ సంచిక రాదు. ఇతరులకు జూబిలీ సంచిక రూ 0-12-0 ఉంటుంది. అందులో ప్రకృతి వైద్యానికి సంబంధించిన సచిత్రములైన విషుల వ్యాసము లుండుటయే గాక, ప్రకృతి వైద్యుల యొక్కయు, ప్రకృతి వైద్య సంస్థల యొక్కయు చరిత్రలు; చిత్రపటములును; ప్రకృతి వైద్యముపలన మేలు పొందిన వారి యొక్క సచిత్రములైన రోగ నివారణ వృత్తాంతములు ఉంటవి.

ఇంకా క్రొత్త చందాదారులను చేర్చండి !

పత్రికకు వ్యాసాలు, సందేశాలు, అభినందనలు, విమర్శలు, సలహాలు పంపండి !!

హు షా ర !!!

మీరు గూడ రావలెను

1943-వ సంవత్సరం మే 1వ తేదీ మొదలు 15వ తేదీ వరకు బెజవాడ ప్రకృతి వైద్య శిక్షాశిబిరము డా॥ పుచ్చా వెంకట్రామయ్య గారి నిర్వాహకత్వమున జరుగుతుంది. ఇప్పటినుండియే శర్మబాటు చేసుకొని శిబిరానికి రావటానికి ప్రయత్నించండి.

మన మంతా శిబిరములో యింకొకతూరి ఉత్సాహముగా గడుపుదామని ఉంది.

ఏమంటారు?

మీ అభీష్టమును

బెజవాడ ప్రకృతి ఆశీసుకు తెలుపండి, వెంటనే తెలుపండి.

సంతోషవార

శోభనపు గదిలోకి చేరకమునుపే భార్యాభర్తలు తెలుసుకొనవలసిన విషయముల నన్నిటిని సుఖసంసారము 1 వ సంపుటముగా ముద్రించుచున్నాము. మార్చి నెలాఖరుకు క్రొత్త క్షేత్రంలో 300 పేజీల గ్రంథము ఆన్-టిక్ పేపరుమీద స్వాంగసుందరముగా చిత్రపటములతో ముద్రించి క్యాలికోబైండు చేయించి అందజేస్తాము. వెల రు 3-0-0 లు. ది 1-3-43 తేదీ లోపుగా దరఖాస్తుచేసేవారికి గ్రంథము రు 2-0-0 మాత్రమే. ప్రకృతి పత్రిక చందాదారులకు మాత్రమే యీ సదుపాయము. ఇతరులు రు 3-0-0 లు చెల్లించవలసినదే.

౧౧ వ ప్రకృతి శిబిరము

బెజవాడలో 1943 మే నెల 1వ తేదీనుండి 15 తేదీవరకు జరుగును

(ప్రకృతిశిబిరములు 1933 సం॥నుండి మొదలై వరుసగా ఇప్పటికి పది జరిగియున్నవి. ఈ సంవత్సరము వేచ విలో మరియొకటి జరగవలసియున్నది. ఈ శిబిరముల ముఖ్యోద్దేశ్యములు జీవనవిధానమందు మార్పు కలుగ చేసి ప్రకృతిభిగమనమునకు దారి చూపుట: అనగా పృథ్విశాంతజీవనము, ఆధారమును, బ్రహ్మచర్యము, నదీ స్నానము, వనవాసము, ఫలాహార ఆభ్యాసము, జీవిత పరమావధిని చేరుటకు లక్ష్యములను స్థిరపరచుకొనుట. జైహిక, మానసిక, ఆధ్యాత్మికశక్తులను అభివృద్ధి చేసికొనుట. ఇట్టి సాధకులకు ఆనుకూల వాతావరణము యేర్పరచుట.

ప్రకృతి ఉద్యమాభిమానులను అనేక ప్రదేశము లందున్న వారిని ఒకచోట సమావేశపరచి ప్రకృతి ధర్మములను ముచ్చటించుచు జీవితములో అభివృద్ధి నొందుటకు సహాయపడుట. ప్రకృతి చికిత్సానిధానములను, జీవనవిధానములను నేర్చుకొని తోడి మానవులకు సహాయపడ గల స్వచ్ఛంద సేవకులకు శిక్షణ ప్రోత్సాహము లిచ్చి వారికి తగు సహాయము చేయుట. ఆర్థిక వ్యాధిపీడితులకు వైద్య సహాయము చేయుట మున్నగునవి.

ఇట్టి కార్యములు సెరవేరుటకు ఆంధ్ర మహాజనుల హృదయ పూర్వక ప్రోత్సాహమును, ఆర్థికసహాయమును అవసరమై యున్నవి.

ఈ సంవత్సరపు శిబిరములో ప్రత్యేకముగ ప్రకృతి జీవనవిధానముల ప్రకారము జీవితమును నడపుకొనుట, వ్యాధినిరోధము, ప్రధమచికిత్సలు, ఆహారపదార్థముల ఉత్పత్తి, సద్వినియోగము, సహజ వ్యాయామములు, జైహిక మానసిక సాధనలు, ఆత్మీయశక్తుల నభివృద్ధి పరచుకొను మార్గములు: మొదలైన విషయములలో ఉత్తమసాధకులైనవారిచే శిక్షణ లీయబడును. ఇందు శిక్షణ పొందినవారు మానవజాతీయజీవనవికాసమునకు, దేశసౌభాగ్యమునకు కృషిచేసి తద్వారా పరమశాంతిని పొందగల వ్యక్తులుగా తయారు కాగలరని మా నమ్మకము.

ఈ శిబిరములను స్వయంప్రేరేపిత పద్ధతుల పైననే నడుపుటకు పూనుకొనియున్నాము. కాన యెవరి ఆహార ఖర్చులు వారే భరించుకొనవలెను. ఈ శిబిర కాల మంతటికిని ఆహారవ్యయములు, శిబిరవ్యయములు కలిపి రు 10/- లగును. రోగులకు చికిత్సలకూడ చేయవలసి యుండును. గాన వారు ఆదనముగ రు 3/- చెల్లించవలెను.

వైద్యవిద్యార్థుల రుసుము మొత్తం రు 9/- లు. శిబిరము నందు అందరికిని ఈ క్రింద వివరించబడిన స్వాభావిక ఆహారము లొసంగబడును. నానదెట్టి మొలకలెత్తించిన సజ్జలు, పెసలు, పెసగలు; పచ్చికొబ్బరి, ఖర్జూర కాయలు, అరటిపండ్లు, నారింజపండ్లు, పుచ్చకాయలు, రాములుగపండ్లు, సపోటాపండ్లు, కూరగాయలు శిబిర కాలములో ఈ ఆహారసేవనమువలన జైహికశాస్త్రము అన్యుతముగ అభివృద్ధియగుట జెనుకటి పది శిబిరములలోను ప్రత్యక్షముగను దర్శించినాము.

శిబిరమును నడుపుటలో, ప్రకటన, నాకర్ణ వేతనము, స్టేషనరీ, పోస్టేజీ మొదలగు చిల్లరఖర్చుల క్రింద కావలసిన వ్యయములను జెనుకటి సంవత్సరము వలెనే ధర్మాత్ముల వద్దనుండి వసూలు చేయ నిశ్చయించినాము. తమ కష్టాంతమైన ధనమును సద్వినియోగపరిచి ఆనందపడగల ఉదారులు ఈ పవిత్ర కార్యమునకు తమ చేతనైన సహాయము చేయగోరుచున్నాము. శిబిరమునకు పంపు ధర్మములు, “మేనేజరు, ప్రకృతి ధర్మపరిషత్తు, బెజవాడ” పంపవలెను.

ప్రకృతి వైద్యవిద్యార్థులకు శిక్షణ

ఆంధ్ర ప్రకృతి ధర్మ పరిషత్తు, బెజవాడ వారిచే ప్రతి సంవత్సరము నిర్వహింపబడు ఈ శిబిరమున ఈ సంవత్సరము ‘ప్రకృతి చికిత్స’ ‘ప్రకృతి వైద్యచార్య’ అను 2 పరీక్షలకును విద్యార్థులు తరలియతు చేయబడుదురు. శిబిరముయొక్క చివరదినములలో పరీక్షలు జరుపబడి అర్హులగు వారికి పట్టము లొసంగబడును. ఈ సంవత్సరము 40 మందిని ప్రకృతి చికిత్సక పరీక్ష

కును, 20 మందిని ప్రకృతి వైద్యాచార్య పరీక్షకును శిక్షణకొరకై చేర్చుకొందును.

ఎట్టివారు రావచ్చును? శిబిరవిషయక సమాచారము లన్నియు ప్రకృతి పత్రికలో ప్రచురింపబడుచుండును. కావున పరీక్షకు దరఖాస్తు చేయువారందరును ప్రకృతి పత్రికకు చందాదారులుగా నుండవలెను. నిర్ణీత గ్రంథము లన్నియు చదివెయుండవలెను.

కుల, జాతి, మతభేదములేక స్త్రీలు పురుషులందరూ రాదగుదురు. శిబిరమునకు వచ్చునపుడు తమ నిత్యజీవితములలో సహాయపడు పరికరములు అనగా దుస్తులు, లాంతరు, కత్తి, ప్రక్క బట్టలు, గ్రంథములు, పెట్టె మొదలైనవి యెవరికి వారు స్వయముగ మోసికొన తగినంత బరువుగల వానిని తెచ్చుకొన వలెను.

ఈ శిబిరవిషయములు తెలిసికొన గోరువారు రిఫ్రై కోరకు పోస్టుబిళ్ళల పంపుచు లేఖలు మేనేజరు, ప్రకృతి ధర్మపరిషత్తు, బెజవాడ వారికి వ్రాయవలెను. మామూలుగ వివరము లన్నియు ప్రకృతి పత్రికలలో ప్రచురింపబడు చుండును. విద్యార్థులు, రోగులు, శిబిరజీవనా

భిలాషులు తమ దరఖాస్తులను రుసుమును యేప్రియలు 25 లేదీలోగా ప్రకృతిఆఫీసు, బెజవాడకు పంపవలెను పతనీయగ్రంథములు—(1) ప్రకృతి చికిత్సకపరీక్షకు ఆహార రసాయనశాస్త్రము, ఆరోగ్య తత్త్వము, ప్రకృతి గృహశై ద్యమునందు 24 సాధములు, జన్మచికిత్స, లక్ష్యజలచికిత్స, నైషీయ జలచికిత్స, స్వాభావిక చికిత్సా నియమములు, ఉపవాసచికిత్స, సూర్యకిరణ చికిత్స, వర్షవైద్య మంజరి, పచ్చితిండివలని పర్యయోజనములు, ఆహారము 1, 2భాగములు శుక్లనస్యము, తొట్టి వైద్యము, (2) ప్రకృతి వైద్యాచార్య పరీక్షకు:— తొట్టి వైద్యము, ప్రాథమభాగము, సునిశిత వైద్యము నందలి 1 వ భాగము, నిర్విచార భావిజీవనము, పాక్యత చికిత్సార్థము 1,2,3,4 భాగములు, దీర్ఘ రోగ చికిత్సాసారము, అనుభవ యోగాభ్యాసము, ప్రకృతి పత్రిక 17,18 వ సంపుటములలోని జలచికిత్స విధాన మను పేరుగల వ్యాసములు.

ఇట్లు,
బెజవాడ, } అయ్యంకి వేంకటరమణయ్య,
1-2-43. } వ్యవసాపకుడు.



ప్రకృతి - సహజ వైద్య సచిత్ర మాస పత్రిక.

మానవులకు వ్యాధులు రాకుండునట్లు గృహిణీలో నుండు తక్కిన జీవులవలె యెటుల స్వాభావిక జీవనము చేయవలయునో, యే యే ఆరోగ్యనూత్రిముల ననుసరించి పరమావధిని పొందవలెనో బోధించును. వ్యాధి వచ్చిన తరువాత మందు శస్త్రములకుకూడ లాంగని దైహిక మానసిక వ్యాధులను, స్వభావస్థిగము లగు మట్టి, ఆహారము, నీరు గాలి, సూర్యకిరణములు, యోగ, వ్యాయామ, ఉపవాస, విద్యుత్కాంతి శక్తి మొదలగువాని సహాయమున చికిత్సల చేయువిధమును, అటుల వ్యాధి కుడిదినవారి చరిత్రలను, నిర్విచార (బుషి) జీవనమును వివరించును. ప్రస్తుత మానవులు నాగరకత అనుకొని అజ్ఞానవశమున చేయు దుష్కార్యముల తీవ్రముగ ఖండించును. మాదిరి పత్రిక ఉచితము సం॥ర చందా రు 3-0-0.

మేనేజరు, ప్రకృతి కార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.



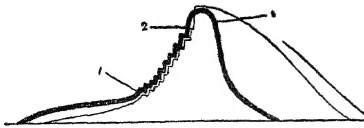
సుఖసంసారము

ఆంగీరసుడు

వేగసామరస్యము

(అనువృత్తము)

రాగోదయము కాని స్త్రీతో సంప్రయోగిక మారంభింప గూడ దనుటలో యింకొక కారణము కూడ కద్దు.



1 రాగోదయమైన నూతన దంపతులు

— సన్నగీత స్త్రీ యొక్క కామగతిని చెలుపును.

— లావుగీత పురుషుని కామగతిని చెలుపును.

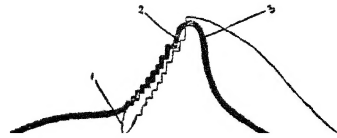
1 సంప్రయోగారంభము

2 పురుషుని వీర్య విస్ఫుల్లి ఆరంభము

3 పురుష భావప్రాప్తి.

పై పటము అన్యోన్యసారాగము గల దంపతులు, సదృశమైన రాగోదయము గలవారు చేసిన సంప్రయోగము యొక్క వివిధ దశలను తెలుపు చున్నది. 1 అనేచోట అన్యోన్య రహస్య అవయవముల యొక్క యోగము అనగా కలయిక కలిగినది. 2 అనేచోట స్త్రీ పురుషులకు భావోద్ధతి గలిగినది. అప్పుడే పురుషునికి వీర్యవిస్ఫుల్లి కలిగినది. అప్పుడే సంప్రయోగముతో ఆరంభింపబడిన ధాతువిస్ఫుల్లి ఉద్ధతిని పొందినది. 3 అనేచోట పురుషునికి ధాతువు సాంతముగా వెడలిపోయి రాగ శమనము గలిగినది. అప్పటికే స్త్రీ సంబంధ మగు ధాతువు గూడా సాంతముగా వెడలి

పోయి భావప్రాప్తి కలిగినది. దీనితరువాత స్త్రీ పురుషుల దేహములందు గగ్గోలు పెట్టే ప్రణయ తాపము తీరిపోయినది. స్త్రీ పురుషులకు సదృశమైన ప్రీతీయు సుఖమును కలిగినవి. ఇద్దరికిని పరిపూర్ణసుఖదాయకమైన గాఢనిద్ర కలుగుతుంది. దానితో వారి నరాలు బాగుగా తేజోవంతముగా పనిచేయ కలుగుతవి. ఇట్టి అదృష్టవంతులు నూటికి యెంత యెక్కువ (%) గా ఉంటే అంతగా జాతి వీర్యవంతముగా ఉంటుంది.



2 రాగోదయము కాని భార్యతో సంగమము

— స్త్రీ కామగతిని చెలుపును

— పురుషుని కామగతిని చెలుపును.

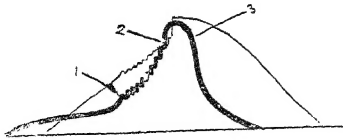
1 సంప్రయోగారంభము

2 పురుషుని వీర్యవిస్ఫుల్లి ఆరంభము

3 పురుష భావప్రాప్తి

ఈ పటములోని దంపతులు నూతన దంపతులు కారు. కొంతకాలము గడచిన వారు. పురుషుడు భార్యయొక్క యింగితమును తెలిసి కొనకయే సంప్రయోగము నారంభించెను. ఆమె తనకును అతనికి ఉన్న సంబంధమువలన ఆభ్యాసక ప్రీతి నవలంబించి రాగము కలిగించుకొనినది. ఆభ్యాసకప్రీతి యన నేమి?

యని ప్రశ్న కద్దు. తనకును అతనికి అదివరకు జరిగిన సంప్రయోగములందు, చుంబన, ఆలింగన, సఖి, సంత్కృతాదులు, భావప్రాప్తి వీని అభ్యాసము జ్ఞప్తికి తెచ్చుకొని ప్రీతిని అనగా రాగమును ఉద్ధతికి తెచ్చుకొనినది. అందు వలన ఆమెకు 1 అనేచోట రాగమే లేకున్నను 2 అనేచోటకు వచ్చునప్పటికి ఆమెకు గూడ సదృశ మగు రాగోద్ధతి గలిగినది. 3 అనేచోట యిద్దరికి తుల్యమగు సుఖానందములు గలిగినవి. ఇట్టి చురుకు గల స్త్రీలు కూడా జాతియొక్క అభ్యుదయానికి హేతువులై యున్నారు. మోటు స్త్రీలు అట్లనే ఉండి పురుషునికి భావప్రాప్తి కలుగువరకూ నిద్ర పోతూనే ఉండి సంధుక్యభావావస్థను పొందుచున్నారు.



3 ఆదర్శమైన సంప్రయోగము

— స్త్రీయొక్క కామగతిని చెలుపును

— పురుషుని కామగతిని చెలుపును.

1 సంప్రయోగారంభము

2 పురుష వీర్యవిసృష్టి ఆరంభము

3 భావప్రాప్తి

కామశాస్త్ర వేత్తయైన అనురాగముగల పురుషుడు, తన భార్యను తనకు రాణిగా గౌరవించే పురుషుడు, ఆమెకు అనురాగము కలిగించుటకై చుంబనాలింగనాదులను జేసి ఆమె స్వయముగా దేహము తనకు అనుభవించి అప్పగింత పెట్టవరకు వేచియుండి 1 అనేచోట సంప్ర

యోగమును ఆరంభించును. ఆ సంప్రయోగమున యిద్దఱును అత్యంతానందమును పొందుటయే గాక యిద్దరికి సంపూర్ణ భావప్రాప్తి కలుగుతుంది. సుఖానందములు తుల్యంగా ఉంటవి. సంపూర్ణ భావప్రాప్తి కలుగుట వలన సంప్రయోగానంతరమున ఇద్దరి నాడులును బాగుగా చల్లబడి తృప్తిరసనట్టి సుఖనిద్ర కలుగుతుంది. ఏ స్త్రీ కిట్టి భావప్రాప్తి కలుగదో ఆమె సరాళిలోని తాపము తీరక తెల్లవారులు నిద్రలేక బాధపడుటయేగాక తన పురుషుని గూడ నిద్రపోనీయక సంప్రయోగమునకు లొందరపెట్టుతూనే ఉంటుంది.



4 దుఃఖమయ సంప్రయోగము

— స్త్రీ

పురుషుని కామగతి

1 సంప్రయోగారంభము

2 పురుషుని విసృష్టి ఆరంభము

3 విసృష్టి అంతము

ఇందు పురుషుడు ఒక మొద్దు. భార్య కామే చ్చతోగాని, రాగోదయముతోగాని అతనికి సంబంధములేదు. ఇట్టి వారు రెండు రకాల వారిలో ఉంటారు. చదువు, సంధ్య, లోకజ్ఞానము లేని మోటు మొద్దు ఒకడు. అన్ని చదువుకొని, మోక్షానికి కామము ప్రతిబంధక మని నమ్ముతూ, వీర్యముయొక్క వేగము త్వరపెట్టే వరకూ ప్రాణాలు బిగపట్టుకొని, ఆపుకోలేక

భార్యమీద విధా, కర్మమా అని కలియబడే దుర్విరాగియైన పండితుడు రెండవవాడు. అతనికి భార్య తన వీర్యవిన్నప్తికి యేర్పడిన ఒక పాకీదొడ్డి. భార్య మోక్షాన్ని హరించటానికి యేర్పడిన ఒక పైతాను దూత. అందువలన అతడామెను ప్రేమతో చూడజాలడు. మల మోచనమునకై బస్తీవాండ్లు పాకీదొడ్డిలోకి పోయినట్లు, శయనమందిరము ప్రవేశించి, తన వీర్యాన్ని, ఉమ్మిని పీకుదానాలో వేసినట్లు, రోగి మలాన్ని కమ్మోడు (Commode) లో వదలినట్లు వదలివస్తాడు. అప్పుడేమి జరుగుతుందంటే:-పురుషునకు నరాలనుపీడించేవీర్యముపడి పోయి స్వప్నస్థలనము, ముట్టిమైథునములవలన గలిగిన సుఖమువంటి ఒకవిధమైన సుఖమైతే కలుగుతుంది. నరాలలోని పీడన (Pressure) గూడా వదలి పోతుంది. కాని స్త్రీ దేహము నుండి తన దేహానికి సంక్రమింప వలసిన జీవ ద్రవ్యములు (Harmones) చేరకపోవుటవలన జననేంద్రియములందలి పాటవము తగ్గినపుంస కత్వము, క్షయ, పాండువు, గుండెదడ, నిద్రలేమి (Insomnia) మొదలైన దుర్భర వ్యాధులు కలుగుతవి. ఇక ఆమె యందలి నిద్రాణముగా నున్న కామేచ్ఛ పురుషావయవ ఘర్షణవలన జాగరితమై ఉద్విగ్తమవుతుంది. అప్పటికే అతనికి రసాధితి గలిగి వీర్యము వెడలి పోయి కామదండము వాలిపోతుంది. అప్పుడామె జననేంద్రియములందు కామేచ్ఛ మండిపోతూ ఉంటుంది. అట్టిస్థితినే సంధుశ్శ్య (రెచ్చగొట్టబడిన) భావావస్థ అని పిలుతుము. ఈ స్థితిలో ఆమె అతనికి సూచించినా వాచ్యముగా ప్రార్థించినాగూడా అతడు సంగమము నుండి విరమింప వలసినవాడేగదా. అట్టి

సంధుశ్శ్యభావావస్థలో ఆమె అనేక గంటల కాలము బాధపడుతూ వుంటుంది. అదే యీ పటములో కామగతి వాలిపోక బాధగా నడచినట్లు చూపినాడు. మెనకటి 1, 2, 3 పటములలో నది ఆరంభించినమట్టుకునకు వాలి పోయినది. స్త్రీ యొక్క వయస్సును బట్టి కాలాన్ని బట్టి, ఆమెకామగతి యింకను పై మట్టమునకు పోయి ఆ మట్టములోనే చాలాకాలము నిలిచి యుంటుంది. ఆమెకు పురుషునివలన లభింపవలసిన జీవద్రవ్యమున్నూ లభింపదు. అనేక గంటల కాలము జననేంద్రియములందు కామాగ్ని రగులుకొనుచుండుటవలన ఆమె నరములా దాలి (Furnace) లో మాడి పోతూ ఉంటవి. అందువలన ఆమెకు నిస్సత్తువ, నిద్రలేమి, తందర, తెలివితక్కువతనము మతిమరుపు, భ్రమ, సేత్రోవ్యాధులు కలుగుతవి. ఇట్లు చిరకాలము జరుగుచుండునేని హిస్టీరియా, మూర్ఛ, ఉన్మాదము, కాకిచమ్మలు మొదలగు వ్యాధులు కలుగుతవి. చేమకొన్న మగడే దీని కంతకూ కారణమని తెలియక యెక్కడిదయ్యమో పట్టిందని చీపురుదెబ్బలు, చెప్పుదెబ్బలు, దిగడిపులు, జపాలు, అభిషేకాలు, ప్రదక్షిణాలు చేయించి ఫలము కానక దుఃఖపడతారు. దేశములో ఉండే భౌమిక అంతా తినిపించి, ఫలము గానక ఇంగ్లీషువైద్యులూ, వాతవిధ్వంసి, వాతరాక్షసి సరస్వతీలేవ్యాము, మొదలయిన మందులు తినిపించి తెలుగు వైద్యులూ; కటిన్నానమూ, లింగన్నానమూ, ఆవీరీ, వధ్యము, అపక్వాహారమూ పెట్టి ఫలముగానక ప్రకృతి వైద్యులు గుడ్లు వెళ్ళబెట్టుతారు. ఆమె ఆకామాగ్నికి ఆగ

లేక యే పడుచువాడినో మరగితే ధర్మ విధులను అవలంబించి సంసారమును సుఖవంత
 శాస్త్రము, సంఘశాస్త్రము ఆమెను గర్విస్తవి. ముగా మార్చుకొనినయెడల అతను బాగుపడిన
 ఈ బాధలన్నీ పోవాలెనంటే పురుషుడు యీ యెడల అతడు తన సంఘాన్ని, తన జాతిని,
 సుఖసంసారమును జాగ్రత్తగా చదివి యిందలి తన దేశాన్ని బాగుచేసినవాడగుచున్నాడు.



సౌరయాగమునకు

ఆహ్వానము



తూర్పుగోదావరిజిల్లా రాజోలుతాలూకా కడలి గ్రామములో

స్వస్తిశ్రీ చిత్రభాను నామసంవత్సర మాఘ శు ౧ (ది 5-2-43) లగాయతు
 శు ౧౫ (ది 19-2-43) వరకు

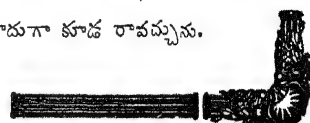
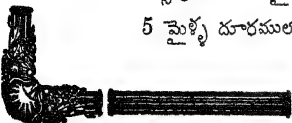
సౌరయాగము జరుపదలచినాము

అభిమాను లెల్లరును విచ్చేసి యాగమును జయప్రదముగా నిర్వహింప తోడ్పడ
 గోరుచున్నాము. శిబిరవాసు లందఱకును వండని పదార్థములు
 అనగా ఫలాదులతో సంతర్పణము చేయుదుము.

కడలి,
 1—2—1943.

కాశీ భట్ట జగన్నాథము.

షరా:—సర్వాపురములో రైలు దిగి లాంచీమీద రాజోలు దిగితే బండిమీద గాని, నడకనుగాని
 5 మైళ్ళ దూరములో కడలి రాగలదు. అమలాపురము మీదుగా కూడ రావచ్చును.



క నీ ని కా ని దా న ము

(కావ్యరత్నం)

మృత్తింటి ఆంజనేయులు

౨

ముఖమై ఖరీదీద్యవలన ముఖమును చూచియో రోగమును చెప్పవచ్చును. రోగిచేతిని ముట్టు కొనవలసిన పని లేదు. తల దేహమునకు మధ్య నుండక ఒక ప్రక్కకు వాలినయెడల ఫలనా ప్రక్కన రోగపదార్థమున్నదని చెప్పవచ్చును. ఆరోగ్యవంతుని తల ముందు, వెనుకలకుగాని, కుడిప్రక్కకు గాని, యెడమ ప్రక్కకుగాని, వంగదు. దేహమునకు సరిగా నడిమయముననే ఉండును.

దేహములోని కుడి, యెడమ, భాగములు రెండును సమానముగా పెరిగినయెడల తల వెన్న పాముతో బాటే సూటిగా నిలబడి ఉండును గాని ఒకప్రక్కకు ఒరగదు. అట్లుగాక, దేహములో ఆనురూప్యము లేక, ఒకప్రక్క నెక్కువగా పెరిగినయెడల ఆభాగపు బరువు మోయుటకు (to keep the balance) తల రెండవప్రక్కకు ఒరుగును. దేహములోని యెడమభాగము కన్న, కుడిభాగ మెక్కువగా పెరిగినయెడల, తల ఎడమ వైపుకు వాలును. దేహములోని ఎడమభాగము, కుడి భాగముకన్న యెక్కువగా పెరిగిన, తల కుడి ప్రక్కకు వాలును. కొన్ని కేసులలో, కుడి పార్శ్వము యెక్కువగా పెరుగుటయు, తల కుడిప్రక్క కే వాలుటయు గలదు.

దేహములోని ఒకభాగము యెందుకు యెక్కువగా పెరిగినదంటే రోగపదార్థము ఆ భాగములో చేరుటచేతనే యెక్కువగా పెరుగును. ఒరగపడి నడచుటవలననూ రోగపదార్థము

అచ్చటనే చేరును. ఒరగపడి కూర్చొనుటవలననూ కావచ్చును. ఒకే ప్రక్కను పడుకొనుట వలననూ కావచ్చును. పిత్రియముగో సంక్రమించిన రోగపదార్థమువలననూ ఒక భాగము హచ్చుగా పెరుగును.

తల కుడిప్రక్కన వాలిన దనగానే ఎడమ ప్రక్కఉన్న అవయవము లన్నియు కొద్దిగనో గొప్పగనో చెడినవనియే గ్రహించవలయును. ఎడమప్రక్క ఉన్న అంతరవయవము లనగా, సరళాంత్రములోని నగభాగము అధోముఖాంత్రము, మూత్రపిండము, స్త్రీ హము, ఊపిరి తీత్తి, జీర్ణకోశము, హృదయకోశములు మొత్తముమీద తమ పనిని సరిగా నిర్వహించుచుండవు. తల యెడమవైపునకు వాలిన యెడల కుడివైపున ఉన్న అవయవములు తమ పనిని సరిగా నిర్వహించుటలేదని తెలిసికొనవలయును. కుడిప్రక్కన ఉన్న అవయవము లనగా ఊపిరితీత్తి, లివరు, మూత్రపిండము, ఊర్ధ్వముఖాంత్రము, సరళాంత్రములోని నగము మొత్తముమీద తమపనిని చేయుటలేదనియే చెప్పవలెను. అట్లనే పురోభారము ఉన్నపుడు ముందున్న అవయవములు అనగా కన్ను, ముక్కు, పళ్లు, మూత్రకోశము చెడినవనియు, పృష్ఠభార మున్నప్పుడు వెనుకఉన్న అవయవములు అనగా మలకోశము, జననేంద్రియములు, మూత్రపిండములు, నాడీమండలము, మొదలు చెడిన వనియు మనకు తెలియును. అట్లనే మిశ్రమభార మున్నపుడు దేహములోని అవయవము లన్నియు మొత్తముమీద చెడినవని తెలిసికొనవలయును.

ఈ ముఖవైఖరివిద్యానిదానమువలన కుడిప్రక్కగాని, యెడమప్రక్కగాని, ముందుగాని, వెనుకగాని ఉన్న అవయవములు మొత్తముమీద చెడినవనియే మనకు తెలియును. కుడిప్రక్కగాని, యెడమప్రక్కగాని ఉన్న అవయవములలో ఏ ఒక అవయవము యెంతవరకు చెడినదియు మనకు తెలియదు.

ఇంతవరకు ముఖవైఖరి విద్యనుగూర్చి తెలిసికొన్నాము. ఇకను కశేరుక యన నేమో, కశేరుకకును దేహమునకును ఏమి సంబంధముగలదో తెలిసికొందాము. కశేరుక యనగా వెన్నపాము. దేహము మొత్తమునకును వెన్నపామునకు సంబంధముండుటచే వెన్నపాములోని వంపులకును అంతరవయవములలోని లోపములకును సంబంధముండును. వెన్నపాము దేహమునందలి ఉరము, ఉదరము, శిరస్సును, చేతులను నిలబెట్టును. దేహమును భరించు భాగముగనే గాక దేహక్రియలో ప్రధానమైన క్రియలకు యీ వెన్నపామే ముఖ్యమైన భాగమగును. వెన్నపామునకు మధ్యగా ఒక కాలువ యుండును. మెదడుతో చేరిన యీ కాలువగుండా నాడీ శక్తి ప్రవహించుచుండును. ఈనాడీశక్తియే దేహమునందలి వివిధమగు చలనముల కెల్ల హేతువు. ఈనాడీశక్తితో సంబంధములేకుండ దేహమునందెట్టి స్వల్పమగు కదలికయు కలుగదు.

మెదడునుండి నాడీతంతువులు (తీగలు) ఈ వెన్నపూసలోనుండి ప్రవహించు చుండును. ప్రతి వెన్నపూసలోనుండియును రెండేసి నాడీతంతువులు శాఖలుగా చీలి దేహముయొక్క కుడి, యెడమలకు వ్యాపించును. అచ్చటనుండి అవి కోటానుకోట్లగు శాఖలుగా చీలి దేహము

నందలి ప్రతి భాగమునకును వ్యాపించును. వెన్నపామును ముందు వెనుకలకును ప్రక్కలకును తీర్చునపుడును, వలయాకారముగ ద్విప్పునపుడును మెలివేయునపుడును ఆ నాడీ సహాయము కెట్టి అపదయు కలుగకుండునట్లు వెన్నపూసలు నిర్మింపబడినవి.

వెన్నపూసలు తమతమ స్థానములలో సరిగా నుండకపోవుట వలనను, మాలిన్యములు చేరుట వలనను, చుట్టుప్రక్కల నుండు ధాతువుల యందును, అవయవములయందును సరియైన సమరసత లేకుండుటవలనను అనేక వ్యాధులు గలుగును.

కశేరుకానిదానము ముఖవైఖరివిద్య కన్నయే అంతరవయవము చెడినది సూక్ష్మముగా చెప్పను. వెన్నపాములో 31 పూసలుఉండును. ప్రతి ఒకపూసనుండియు రెండుజతల నాడులు కుడికిని, రెండుజతలనాడులు యెడమకును పోవును. ఫలానా వెన్నపూసనుండి బయలుదేరిన నాడులు ఫలానా అంతరవయవముయొక్క కదలికకు ఉపయోగపడునని మనకు తెలియునుగాన ఒక పూసలో వంపు కనబడగనే దానికి సంబంధించిన అంతరవయవము చెడినదని తెలిసికొనవచ్చును. వెన్నపూసల నందున ఉన్న ఖాళీ హెచ్చుతగ్గులనుబట్టి యే అంతరవయవములు చెడినదియు చెప్పగలము. పూసల చ్యుతులను బట్టి యే అంతరవయవము యెక్కువ పనిచేయుచున్నది తక్కువ పనిచేయుచున్నదియు చెప్పగలము.

కశేరుకానిదానమువలన అంతరవయవములోని లోపములను కొంతవరకు సూక్ష్మముగా చెప్పవచ్చును. గాన ముఖవైఖరివిద్యకన్న

కశేరుకానిదానము ఒకడుగు ముందుకు వేసిన దని చెప్పవచ్చును. పైన చెప్పిన రెండు నిదానములకన్న కసీనికానిదానము వలన యే అంతరవయవము యెంతగా చెడిపోయినదీ చెప్పవచ్చును. దేహములోని అన్ని అవయవములకును కసీనికలో ప్రతినిధి స్థానములు గలవు. ప్రతి అవయవమునకును ప్రత్యేక భాగ ముండుటచే ఆభాగములో కను పడు గుర్తునుబట్టి ఆభాగమునకు సంబంధించిన అవయవము యెంతగా చెడినదీ చెప్పగలము. ప్రకృతి సూత్రములకు అనుగుణముగా జీవించుటచేత అంతరవయవములు బాగుపడుటయు (కసీనిక రంగుమారుటవలన) కసీనికలో చూడ గలము. ఈ నిదానమువలన చిన్నప్పుడు త్రాగిన పాదరసము దగ్గరనుండి, అన్ని ఆశలు వదలు కొనిపోసిన పచ్చిగరగడమువరకు గల మందుల నన్నిటిని కసీనికలో చూచి చెప్పగలము. ఏ రోగమునకు యే మందును వాడినదీ చెప్ప వచ్చును. ఆ మందులు యే అవయవములో చేరినదీ చెప్పగలము. ఆ మందులవలన కల్గిన, కలు తరువాతిఫలితములను (after effects) ను చెప్పగలము.

ఈ నిదానసహాయముతో అప్పుడే కల్గిన శిశువు ఒళ్లునుచూచి తల్లిదండ్రుల ఆరోగ్యమును చెప్పగలము. తల్లిదండ్రులలో యే అంతరవయవము యెట్లున్నదియు చెప్పగలము. ఈ నిదానమువలన మామూలు పరిస్థితులలో శిశువు యెంతకాలము జీవించునదియు చెప్ప వచ్చును. శి శు వు (general health) మామూలు ఆరోగ్యము యెట్లుండునదియు, మూడుమూడురోజులకు జ్వరమువచ్చునదియు, రానిదియు చెప్పగలము. ఈ నిదానములోని

ప్రజ్ఞావంతులు దేహములోని అంతరవయవములను తమ భౌతికనేత్రములతో ప్రత్యక్షముగా చూడగలరు.

మందువైద్యము మాదిరిగా యిదేమీ ఊహా శాస్త్రముగాదు. ఊహాశాస్త్ర మైనయెడల దేహములోని ప్రతిమార్పు కసీనికలో కనబడదు. ప్రత్యక్షశాస్త్రములలో యిది యొకటి. రూపాయికి పదునారులకాలని యెట్లు చెప్పగలరో అట్లనే కసీనికను చూచి ఫలాని అంతరవయవము యింతగా చెడిన దని చెప్పగలము. ఈ నిదాన సహాయముతో X రే పరీక్షకన్న యినుమిక్కిలిగా అంతరవయవము లోనిలోపముల చెప్పగలమునుట అతిశయోక్తి గాదు.

నేడు ప్రతివాదినోటనా ఒకటేప్రశ్న వినబడుచున్నది. అన్నింటికినీ ఒకటే చికిత్స చెప్పుచున్నారా! చికిత్సాద్వైతమును బట్టి యిదిమంచిదే. కానీ చికిత్స ప్రారంభించుటకు పూర్వము అంతరవయవముల స్థితికిని, చికిత్సా మధ్యకాలములో అంతరవయవము పద్ధతికిని గల తేడా తెలిసికొనుటకు మీ వైద్యశాస్త్రములో విధానములు లేవు గావున తెలిసికొనలేరు. అలోపతి వైద్యమందన్ననో రక్తమును పరీక్షచేయుదురు. కల్లెను పరీక్షచేయుదురు. మూత్రమును పరీక్షచేయుదురు. పురీషమును పరీక్ష చేయుదురు. ఈపరీక్షలను చికిత్సప్రారంభించుటకు పూర్వమును, తరువాతను చేయుదురు గాన, ఆ పరీక్షా ఫలితములబట్టి అంతరవయవముల స్థితిని చెప్పగలరు. ఈ పరీక్షలవలన రోగ స్వభావము వైద్యునకు తెలియును. ఈ పరీక్షాఫలితములవలన రోగము సయమగుచున్నదను నమృతము రోగికి కలుగును. ఫలి

తములు అనుకూలముగా నున్నయెడల రోగి చికిత్సకు సుముఖుడుగా నుండును. రోగము త్వరలో నయమగును.

ఇంతవరకు వీరి ప్రశ్నలన్నియు సమంజసములే. కానీ కనీనికానిదానము వెలువడినదిగాన యిక నీ ప్రశ్నలకు తావులేదు.

మొత్తము మీద చెప్పవలెనంటే ముఖము

మీది ప్రతి చిన్నమచ్చా అద్దములో యెట్లు కనబడునో అటనే దేహములోని ప్రతిలోప మున్నూ కనీనికలో కనబడును. అందువల ననే ఒంట్లోరోగము కంటిలో (కనీనికలో) కను బడునందుము.

ఇంత మహత్తరమైన కనీనికానిదానమును తెలిసికొనబోవుచున్నాము గనుక మా చదు వరులను సావధానముగా వివగోరుచున్నాము.

జీ
వి
త్ర
ము

- * సు ఖ వ ం త మై యు ం డ వ లె న ని
- * ఆ రో గ్య వ ం త మై యు ం డ వ లె న ని
- * ఐ శ్వ ర్య వ ం త మై యు ం డ వ లె న ని

అ ం ద రు కో రు దు రు.

అయితే అట్టి జీవితము కష్టము లేకుండ నష్టము లేకుండ లభింపవలెను.

ఎ ట్లు ?

రామరాజ యోగింద్రుల “స్వీయచరిత్ర”ను చదువుడు. మనము పరిశోధనలను చేసి కష్ట పడవలసిన పని లేదు. కష్టము లన్నియు వారు అనుభవించిరి. మనము వాచికష్టముల లాభమును పొంది, సులభమైన ఉపాయములచే సుఖపడవచ్చును. ఇట్టి సులభతరోపాయము లన్నియు సాకల్యముగా ఈ గ్రంథమందు వివరింపబడినవి. ఈ గ్రంథము ఒక నవలవలె నుండును. చదువు టకు ప్రారంభించినవారు, చివరవరకు చదివిన గాని విడువజాలరు.

ప్రకృతి గృహ వైద్య పాఠములు

వివిధ ప్రకృతి చికిత్సావిధానములను గురించి తెలుపు 24 పాఠములును కలిపి ఒకటే బైండుగ అందముగ తయారుచేయబడి, బెజవాడ, “ప్రకృతి కార్యాలయట్రస్టు”నందు అమ్మకమునకు సిద్ధ ముగ నున్నది. ఇది యెల్లరును చదువదగిన గ్రంథము.

అసలు ధర రు 2-8-0

ప్రకృతి చందాదార్లకు రు 2-0-0

మ ల బ ద్ధ క ము

(సత్యమ్)

'This is an age of constipation' మలబద్ధ కము లేనివారు లేరు. చాలా అరుదుగా నుంటారు. ప్రతివాడినీ కొద్దిగనో గొప్పగనో మలబద్ధక మున్నదనియే నమ్మవలెను. మలబద్ధక ముననేమో తెలిసికొంటే, తమకు మలబద్ధక మున్నదీ లేనిదీ ఎవరిమటుకు వారే నిర్ణయించుకొనగలరు. బయటకు పరులకు చెప్పక పోయినప్పటికీనీ ఎవరిమటుకు వారు తెలిసికొనుట మంచిదేగా.

దేహము కొలిమివంటిది. మనము తిను ఆహారమువలననే మనకు శక్తి గలుగుచున్నది. కూర్చోనుటకును, లేచుటకును, నిల్చోనుటకును, నడచుటకును, మాటలాడుటకును అందుకు ఇందుకు అననేల-ప్రతి చిన్నపని చేయుటకును (వేలు కడల్చుట మొదలు పరుగెత్తుటకు వరకు గల అన్ని పనులకు) అవసరమైన శక్తియంతయు మనము తిను ఆహారమునుండియే లభించుచున్నది. మనము తిను ఆహారము సకాలములో సరిగా పచనమైన మనము ఉత్సాహముగాను, తేజోవంతముగా నుండుము. మనము తినిన ఆహారము సకాలములో సరిగా పచనముకాని యెడల అవసరమైన శక్తి లభించదు. మనము ఉత్సాహముగా నుండదు.

తినిన ఆహారములలోని రాయి, రప్ప మొదలగు అరగని పదార్థములును, స్వతస్సిద్ధముగా అరుగు స్వభావ ముండియు అంతరవయవములలోని లోపములవలన అరగని పదార్థములును మలముగా బయటకు వెళ్ళిపోవును.

మిచిగాన్ లోని బాటిల్ క్రికనదనాధిపతులగు జె. హెచ్. కెల్లగుగారి అభిప్రాయము

ప్రకారము ఆరోగ్యవంతులు యెన్నితడవలు భుజించిన అన్ని పర్యాయములు మలమోచనము చేయవలెను. ఆహారము భుజించినది మొదలు యెనిమిది గంటల తరువాత మలము బయటకు వెడలిపోవలెను. ఉదయము 10 గంటలకు భోజనము చేసినయెడల సాయం కాలము 6 గంటలకును, రాత్రి 8 గంటలకు భోజనము చేసినయెడల తెల్లవారుజామున 4 గంటలకును మలమోచనము కావలెను. అట్లు కానియెడల మలబద్ధ మున్నదనియే గ్రహించవలెను.

మలబద్ధక మున్నదీ లేనిదీ తెలిసికొనుటకు మరొక పరీక్షయు గలదు. బొగ్గు పొడిగాని, కూరపసుపుగాని అన్నము తినినవెంటనే తినవలయును. పై న తినిన వాటిరంగుతో మలము యెంతవరకు వచ్చునదీ చూడవలయును.

అంతవరకును మలములోపల నిలవ ఉంటున్నదనియే నమ్మవలెను.

అసలు మలబద్ధక మునకు మూలకారణ మేమిటో ముందుగా తెలిసికొందాము. చిన్న ప్రేగులలో ఉండవలసిన క్రిమిచలనము లోపించుటవలన మలబద్ధకము యేర్పడుచున్నది. రోగి అలవాట్లను బాగా తెలిసికొనిన గాని యెందువలన క్రిమిచలనము లోపించినది తెలిసికొనలేము

మలబద్ధకము general గా ఎట్లు వచ్చునదీ తెలిసికొందాము.

1. మలబద్ధకము వంశానుగతముగా వచ్చును. పచ్చని వారిలో కన్న నల్లటివారిలో యెక్కువగా మలబద్ధక మున్నట్లు తెలుస్తున్నది.

2. ఆహారములోని లోపములవలన వస్తుంది. వ్యాయామము చేయక పోవుట వలననే మల బద్ధకము ఏర్పడుచున్నది. వ్యాయామము చేయుచున్నా మలబద్ధక మున్నదంటే పొట్ట కనరతు తక్కువగా చేస్తున్నారని తెలిసి కొంటాము. ఆహారమును నమలక ముద్దలు ముద్దలుగానే మ్రింగుటవలన వచ్చును. అవ సరమైన దానికన్న యెక్కువ తినుటవలన వచ్చును.

3. అకాలములో భుజించుటవలన మలబద్ధకము వస్తుంది.

4. మలములోని ద్రవపదార్థము లోపించుట వలన మలము గట్టిపడును. గట్టిపడి ఉండలు ఉండలుగా విడిబడిన మలము పెద్ద ప్రేగు లోని ఆమత్స్యము గుండా త్వరగా జారి రాదు. బయటకు నెట్టుటకు గట్టిగా ముక్కు వలయును. కాలికమైన కొలదిని ముక్కినను రాదు. బయటకుపోక మలకోశములో మలము నిలబడి పోవును. మలకోశము సిండియుండును గాన అధోముఖాంత్రము నుండి జారిరాదు.

5. మలకోశము మూత్రకోశము కలిసిఉండును. మూత్రము ఎక్కువగా అగుచుండుటవలన మలకోశములోని ద్రవములు మూత్రకోశము లోనికి లాగివేయబడును. మలములోని ద్రవములు పోవుటవలన మలము గట్టి పడును. గట్టి పడుటవలన ఆమత్స్యము గుండా జారిరాదు. చర్మము యెక్కువగా పనిచేయుచుండుట వలన మలములోని ద్రవరూపములను చర్మముద్వారా బయటకు పంపివేయబడును. మలము గట్టిపడును. జారి రాదు. మలబద్ధక మేర్పడును.

6. ప్రతిరోజూ, సుఖవిరేచనామృత మాత్రలు, భేదిమందులను వాడుటవలన మలబద్ధక మేర్పడును.

7. ఆడువారికి కడుపులు వచ్చుట వలనను, మగవారికి అంతరవయవములలో కాయలు, కంతులు, గ్రంథులు యేర్పడుటవలనను పొట్ట లోని కండరములలో సంకోచవ్యాకోచములు కలుగును. అందువలన కీమిచలనము తగ్గును. మలబద్ధక మేర్పడును.

ఇంతవరకు మలబద్ధకము General గా యెల్లు వచ్చేది తెలిసికొన్నాము. ఇకను చిన్నప్రేగుల లోని కీమిచలనము యెందుకు తగ్గేదీ, మల బద్ధకము యెల్లు వచ్చేదీ తెలిసికొందాము.

1. మధుకోశము, పైత్యకోశము, జీర్ణాశయము బాగా పనిచేయుచున్న నే చిన్నప్రేగులు చురు కుగా పనిచేయును. పై అవయవములలో యే ఒకటి సరిగా పనిచేయకపోయినను పెద్ద ప్రేగునకు పని యెక్కువ యగును. మలబద్ధకము యేర్పడును.

2. మధుకోశమునకు సంబంధించిన జబ్బుల వలనను, గాల్ బ్లాడరుకు సంబంధించిన జబ్బుల వలనను, పైత్యకోశజబ్బులవలనను చిన్నప్రేగు లలో ఊరవలసిన ద్రవములు యెక్కువ తక్కువలుగా ఊరును. అందవల్ల మలబద్ధకము వచ్చును

3. గ్రహణి, అతిసారములవలన చిన్నప్రేగుల లోని కీమిచలనము తగ్గును. అందువల్ల మల బద్ధకము యేర్పడును.

ఎ ని మా

9. ఎనిమాతో వైద్యము చేయుట

వెనుకటి ప్రకరణములో రోగనిదానము చేయుటలో యెనిమాయొక్క తోడ్పాటు అవసరమని తెలిపితిమి. ఇంతేగాకుండా కొన్ని వ్యాధులను కుదుర్చుటకు యెనిమా అవసరమని యీ ప్రకరణములో చూపింపబోవుచున్నాను.

ప్రేగులలో నులిపురుగు లున్నప్పుడును, ఎలుక పాములు పడునప్పుడు వగరుగల దానిమ్మ బెరడు పొడుమో, కర్పూరతైలమునో, కరక్కాయ పొడుమో, యెనిమా చేయు నీటితో కలిపి వాడినయెడల క్రిములు నశించిపోవును. మరియు క్రిములకు ఆహారముగా నుండే క్రిశ్చైస్తవ ఆప్తములు యీక్షారములతో సావరస్యమును బొంది వెలువరించివేయబడును.

చిన్న ప్రేగులలోనుండే బద్దెపురుగులు, నులిపురుగులు మొదలగువానికి చేసే యితరచికిత్సలకు తోడుగా యెనిమా నుపయోగించుట వలన యొక్కవ మేలు కలుగును. మలబద్ధకము వలన, ప్రేగులయందు క్రుళ్లుపుట్టి, అది రక్తాభిసరణమునందు చేరిపోవుటవలన కలిగే విషీకరణమును ఆపుటకు యెనిమా యెంతయు ప్రయోజనకరమైనది.

మలబద్ధకము

మలబద్ధకము కలుగుటకు అనేక కారణములున్నవి. వీనిలో యేది సహజమైన కారణమో యేది అసహజమైన కారణమో నిర్ణయించుట కష్టము.

సామాన్యముగా ఆరోగ్యవంతులకు దినమునకు 1, 2 తూరులు మలవిమోచన మగును. తీనిన

పదార్థము 48 గంటల లోపలనే యేవిధమైన శేషము లేకుండా దేహమునుండి వెడలి పోవలయును. జీర్ణమండలమున ప్రయోణము చేయుటకు ఆహారమునకు 48 గంటల కన్న యొక్కవ కాలము పట్టినయెడల నది రోగ కారణముగా గుర్తింపవచ్చును. ప్రేగులయందలి నిర్మాణ (యాంత్రిక) లోపమువలననూ యిది కలుగవచ్చును. ప్రేగులలో ఉండే క్రిమిచలనము, రాసాయనికద్రవముల లోపమువలననూ యిట్లు సంభవింపవచ్చును. అయితే యాంత్రికలోపమువలన కన్న రాసాయనికలోపమువలననే యొక్కవ యిట్టిది సంభవించును.

తరుణవ్యాధులందును, ప్రయోణమువలనను, ఆహారము, నీరు, దేశములయొక్క మార్పు వలనను ఋతుసంధులందునూ (అనగా మండి పోయే వేసగిపోయి మృగశిరలో వర్షములు ఆరంభించినప్పుడును, యిట్లే వర్షాకాలము శీతాకాల సంధి యందును, శిశిరవసంత సంధి యందునూ,) తాత్కాలికమగు మలబద్ధకము గలుగును. దుఃఖాది మానసిక ఉద్దేశముల వలన గూడ మలబద్ధకము కలుగును. కాని యిట్టిది తాత్కాలికము - తరువాత నది తనంతటనే పోవును. ఇట్టిది తరుణ మగు మలబద్ధక మనబడును.

1. పెద్ద ప్రేగునకు వెలుపలగాని లోపలగాని గ్రంథులవలన పెద్దప్రేగునందు వీడనము గలుగును. 2 ప్రేగు జారి మడత పడుట వలనను, 3. ప్రేక్కలు కలసికొనుట వలనను, 4. లోపలి పుండ్లవలనను, మలము వచ్చు మార్గము యిరు

కగుటవలనను, కాలికమగు మలబద్ధకము గలుగును. ఉదరమునందు కలిగిన తపనవలన గూడ కాలికమలబద్ధ మేర్పడును. జీవద్రోవములు ఊరునట్టి యక్ష్మత్తు, వృక్ష్మకము మొదలగు గ్రంథులు అనారోగ్యముగా నున్నప్పుడును, వెన్నపామునందు గలిగే చ్యుతులవలనను గూడ కాలికమలబద్ధకము కలుగుచున్నది.

ప్రేగులయందు ఊరునట్టి జీర్ణరసములు తిన్నగా ఊరకపోవుట వలనను, ప్రేగులకు సంబంధించిన కండకములు పాటనముగా నుండ నందువలనను, ఆహారము యొక్క పరిమితియు స్వభావమును గూడ అక్రమముగా నుండుటవలనను, హైడ్రోక్లోరికామ్లము యొక్కవగా ఊరుటవలనను, పిత్తము తిన్నగా ఊరకుండుటవలన గూడ కాలిక మలబద్ధకము గలుగును.

ప్రేగులయందు నుండు మలము యొక్కవగా నుండుటవలన కడుపు బరువుగా నుండును. విభాజకము (Diaphragm) నకు నిరోధ మేర్పడుటవలన శ్వాసావరోధ మేర్పడును. మలబద్ధకమునకు తోడు ఆకలి లేమియు, గుండె మంటయు నాలుక యొక్కవగా పాచిపట్టి యుండుటయు, నోరు దుర్వాసనగా నుండుటయు గలుగును. నీరసము, తలనొప్పి, తలతిరుగుడు, వికారము, మానసిక దౌర్బల్యము, నిరుత్సాహము మొదలగు లక్షణములు గూడ మలబద్ధకమునకు తోడుగా నుండును.

ప్రేగులయందు ఊరవలసిన జీర్ణరసములు తిన్నగా ఊరక, క్రిమిచలనము దానితోడుగా లోపించి యున్నప్పుడు 1 ప్రేగులయందలి

పాటవముతగ్గిపోవును. 2 ప్రేగులయందు ఈడ్పు (spasm) గలుగును. అందువలన కాలికమగు మలబద్ధకము గలుగును. 3 కూపకము నందును మలకోశము నందును రక్తహీనత గలుగును. శూల, కడుపుబ్బరము, నుండును. కాలికమలబద్ధకమువలన ఆహార అతిసారము గలుగును.

1. పాటవము తగ్గుటవలన కలిగే మలబద్ధకము. లావుగా నుండునట్టి వారి కిది కలుగును. వారి ఉదరములు గూడా కొవ్వుపెక్కి లావుగానే ఉండును. ఒత్తి పరీక్ష చేదామంటే వీలుగానంత లావుగా ఉదర ముండును. వీరికి ఉదరమునందు సామాన్యముగా బాధలున్నా ఉండవు. మలము యెండి, లావుగా నుండును. ఎక్కువేపరీక్షచేస్తే పెద్దప్రేగు లావై దిగజారి యున్నట్లు తెలియగలదు. ఇట్టి వారి మలబద్ధకము నివారణ కావలె నన్న యీ క్రింది పద్ధతులు అవలంబింప వలెను. యక్షమైన ఆహారము, సరిపోయినంత నిద్ర, ఆరుబయట వ్యాయామము, ప్రేగులు క్రిందికి జారకుండా కాపాడే టందుకు బెల్టు (Belt) అవసరము. ఆహారము తగ్గిస్తే పెరిగిన ఉదరము నిండదుగాన ఎక్కువ పరిమితితో వండిగాని నండకగాని కూరగాయలను తినవలెను. పొట్టు తీసి తెలుపుచేయని ధాన్యముల అన్నముగాని రొట్టెగాని తినవలెను. తినిన పదార్థములతో ఉదరము నిండవలెను. అందు మండము కలుగుటకు అవసరమైనన్ని పండ్లను, తేనెను వాడవలెను.

తోడుగా, ప్రతిదినమును చున్న టి ఫోయెనిమా చేయవలెను. మొదటిరోజుననే మితిమాలిన మలము వెడలిపోవును. ప్రేగులయందలి పీడనము (Pressure) తగ్గును.

ఇట్లు ప్రతిదినము చేయుచు రాగా ప్రేగుల యందలి మలముయొక్క వత్తిడి తగ్గుటయే గాక ఉదరముయొక్క లావున్నూ క్రమక్రమముగా తగ్గిపోవుచుండును. ప్రేగులసంబంధ మగు కండరములయొక్క పాటవమున్నూ క్రమముగా వృద్ధిపొందును. దానితో మల బద్ధక మంతరించును. ఇట్టి వ్యాధులలో యెనిమాలాని నీరు 100 ఫా. డిగ్రీలకు మించి యుండక, చల్లగా నుండుటయే మంచిది.

2. ప్రేగునందలి ఉద్రేకమువలన కలిగే

మలబద్ధకము

యావన గ్రంథి (Thyroid gland) లో ఊరే జీవద్రవములు యెక్కువై, జీర్ణాశయ జ్వర నాడి (Pneumogastric nerve) యొక్క చలనము యెక్కువగుటవలన, ప్రేగులయందు చలనము ఉండవలసినదానికన్న యెక్కువగును. అందువలన ప్రేగుల యందు ఆహార మగు మలబద్ధక ముండును. మలము ఉండి యుండి పలుచగా గాని బద్దెలవలె గాని వెడలి పోవుచుండును. గ్రహణీయును, శూల యును తఱచుగా గలుగుచుండును. ఉదరము వత్తి చూచిన యెడల పెద్ద ప్రేగు కర్చివలె బిగిసి పచ్చిగా నుండును. కటు ఆప్లు లవణాది ఉద్రేకము కలిగింపని పదార్థములను మాత్రమే ఆహారముగా నొసంగవలెను. ప్రేగులలో నిలువయుండని పదార్థములు మాత్రమే ఆహారముగా నుండవలెను. ప్రేగులయందు మండమును గలిగించి, ఉద్రేకమును కలిగించే పండ్లు కూరగాయలను ఆహారముతో చేర్చు తాడు. ఎనిమాకు వాడునట్టి నీరు 106 ఫా. డిగ్రీలనుండి 108 ఫా. డిగ్రీలవరకు నుండవలెను. చన్నీటిని వాడరాదు. చన్నీటితో

కటిన్నానముగాని, మట్టి పటీలుగాని వేయరాదు. ఉదరముమీద సుఖోష్ణము గల రబ్బరుతిత్తి కాపడము పెట్టవలెను.

3. పెద్దప్రేగు లా వగుటవలన కలిగే

మలబద్ధకము

పుట్టుకనుండి మలబద్ధకముతో బాధ పడుచుండు నట్టివానికి మాత్రమే పెద్దప్రేగు విక్సీలి లావై యిట్టి కాలికమలబద్ధకము గలుగుచున్నది. ఉదరముగూడ లావై క్రిందికి జారుచు. ఎన్నిమందులు యిచ్చినా యేమీ లాభములేదు. ఎనిమా చేస్తేనే విరేచన మవుతుంది. ఇట్టిరోగము గలవారు తఱచుగా కొద్ది వయసులోనే మరణింతురు. ఓపికతో ప్రతి దినము ఎనిమా చేయుచుండుటవలన ప్రేగు యొక్క లావు క్రమముగా తగ్గి మలబద్ధక మంతరించును. దీనికివాడే నీరు 98 ఫా. డిగ్రీల చల్లగా నుండవలెను. కటిన్నానములు, మట్టి పట్టీలు బాగుగా పనిచేయును.

4. బద్ధకోష్ఠము

రోగి మలమును పూర్తిగా వెలువరింపజాలడు. మలకోశము (rectum) లో అమితమగు మల ముండును. కాని మలము వెలువరింప ఇచ్చ కలుగదు. ఇచ్చ కలిగినా అందు కొంతభాగమే వెలువరింపగలిగియుండును. చాల భాగము దిగబడిపోవును. అనేక కారణములవలన నిది గలుగును. విరేచనమునకు ఇచ్చ గలిగినంతనే వెలువరింపవలెను. కొన్ని దినములు వరుసగా అట్టి యిచ్చను తొక్కిపెట్టుట వలన నిట్టి దురవస్థ తటస్థింప వచ్చును. మూలాధారనాడి కిని స్వేచ్ఛానాడులకును ఉండే సంబంధము తగ్గి యున్నప్పుడును విచ్చిత్తి పొందినప్పుడును

యిట్లు తటస్థింపవచ్చును. స్వేచ్ఛానాడులలో శక్తితగ్గియున్నప్పుడునుయిట్టిది గలుగవచ్చును. ఇతర నాడులయొక్క వత్తిడివలన మూలాధార నాడికి నిరోధము గలుగుటవలన గూడ బద్ధకోష్ఠము గలుగును. హిస్టీరియా వ్యాధి యందును యిట్లు సంభవింపవచ్చును.

ఎనిమూవలన మాత్రమే యీ వ్యాధి కుదురుతుంది. మలకోశమును కూపకము నందలి ఆంత్రముయొక్క దిగువభాగమును మలము లేక శుభ్రముగా నుండునట్లు కొన్ని దినములు వరుసగా దినమునకు 1,2 తూరులు యెనిమూ చేయుట వలన కూపకములో నుండే అధోముఖాంత్రముయొక్క దిగువభాగమున్న మలకోశమున్న శుభ్రపడుటయేగాక మల రహితముగా నుండుటవలన లావు తగ్గి తగినంత ముడుచుకొనును. దానితో మలకోశము నందలి పీడనమును మాంద్యమును తగ్గిపోవును. ఎక్కువ కాలము చేసినగాని యిట్టివ్యాధి నివారణ గాదు. మందులవలన లాభము లేదు. మందులు మలకోశము దగ్గరకు వచ్చునప్పటికే వానియందలి దీపనశక్తి నశించి పోవును. ఆహారమువలన యీ వ్యాధిని నివారింప ప్రయత్నించినను లాభము లేదు. అందువలన యెనిమూవలన మాత్రమే యీ వ్యాధి కుదురుతుందని వ్రాయవలసి వచ్చెను. ఎనిమూకు వాడునట్టి నీరు 100 ఫా. డిగ్రీల వేడి కలిగి యుండిన చాలును. 1,2 వైంటుల నీరున్నూ సరిపోవును. తేపకు 1,2 వైంటుల నీటికన్న యెక్కువ వాడ నశత్య ముండదు.

6. కూల

ఆంత్రము లావై క్రిందికి జారుట వలనను మలము జారక అడ్డగింప బడినప్పుడును,

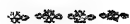
శూల గలుగును. పై రెండు కారణములలోను ఎనిమూ చేయుటయే మంచిది. నీరు అతిశీతల ముగాగాని అత్యుష్ణముగాగాని యుండక 98 ఫా. డిగ్రీల వేడిమిగలిగి యుండవలెను.

6. కడుపుబ్బుట

ప్రేగుల యందలి మలమునందు మండమేర్పడి కార్బున్ ద్వితీయ జనిదము (CO₂) కలుగుట వలన నిది గలుగును. మనము ఆహారము తినునప్పుడు లోనికిపోయే గాలి గూడ దానికి తోడగును. సాధారణపరిస్థితులందు ప్రేగుల యొక్క ఆవరణ గోడలనుండి యీ గాలి, రక్తములో గలసి, శ్వాస వెంట వెడలిపోవును. చర్మము గూడా చాలా గాలిని అనుక్షణము వెలువరించుచుండును ఆమత్స్యచమునందు పచ్చి (inflammation)యన్నప్పుడును, ఆమత్స్యచము బాగుగా పాచిపట్టి యున్నప్పుడును ప్రేగుల లోనిగాలి వెలుపటికి రాక కడుపు ఉబ్బును. యకృత్తు గట్టిపడినపుడు కలిగే జలోదరము నందుగూడ యిట్లే కడుపుఉబ్బును. దీనికి గూడా యెనిమూయే తాత్కాలికోపశాంతి నొసంగగలిగియున్నది. నీటి వేడి 98 ఫా. డిగ్రీలకు మిగిలి యుండరాదు.

7. అతిసారము

ఎన్నో కారణాలవల్ల అతిసారము వస్తుంది. తినగూడని వదార్థము తిన్నా, మితిమాలి తిన్నా గూడా అతిసారము వస్తుంది. పైత్య కోశములో ఉద్రేకము గలిగి పైత్యరసము యెక్కువగా ఊరినా గూడా అతిసారము వస్తుంది. ఏ కారణముచేత వచ్చిన అతిసార మైనను వేడినీటితో (106° ఫా.) చేసిన యెనిమూ వలన తాత్కాలికముగా శమించును.



వేసవియందు వడదెబ్బవలన కలిగే అలిసారము నకు దినమునకు 1,2 తూర్పు 100 ఫా. డిగ్రీల నీటితో యెనిమా చేయవలెను.

8. ఆంత్రీచ్యుతి అనగా పేగుజారుట

ఉదరసంబంధమైన కండరములలో బిగివి తగ్గి యున్నప్పుడు, దానికి తోడు ఉదరముయొక్క లోపలి పొరలలో కొత్త తగ్గియున్నప్పుడు పేగు జారును. మలము పేగులలో మిగిలి పోయి బరు వెక్కుటవలన ఆంత్రీచ్యుతి కలుగును. దీనికి ప్రధానకారణము మలబద్ధకమేను. ఉదరసంబంధమైన కండరముల దౌర్బల్యము మలబద్ధకమునకు కారణముగా నుంటున్నది. స్త్రీహపు మధుపునందు ప్రేగు నిరోధము వలన మలము నిలిచిపోయి యిట్టిది కలుగును. ఎనిమా చేయుటవలన మలము వెడలిపోవుట యే గాక పెద్దప్రేగునందలి స్త్రీహపుమధుపులో కలిగే నిరోధమును తొలగిపోయి ప్రేగు బాగు పడును. మలముయొక్క వీడనము తగ్గుటవలన ప్రేగులు తేలికయై జారుదల లేకుండ పోవును. ఉదరమునందలి బాధయును తగ్గును. ఆంత్రీచ్యుతి కలిగినప్పుడు కొందరికి శ్వాసావరోధము (Dyspnea) యేర్పడును. అదియును యెనిమా తోనే తగ్గిపోవును.

ఎనిమా చేసినపుడెల్ల ఉదరసంబంధమైన కండరములు 50, 60 తూరులు సంకోచవ్యాకోచములను పొందుటవలన వానికి అది యొక విధమైన వ్యాయామ మగును. దానితో నవి బలపడును. అందువలన పేగులయందలి వీడనము తగ్గుటయు వానిని పట్టియుంచు కండ

రములు బలపడుటయు సంభవించును గాన బాధలు తగ్గి ఆంత్రీచ్యుతియును నయమగును. ఆంత్రీచ్యుతి యెప్పుడైతే తగ్గినదో ఆ పేగులు యే అవయవముల మీదికి ఆ యా అవయవముల మీద నుండే వీడనము తగ్గును. ఇట్లు మూత్రపిండములు, జన నేంద్రియము, గర్భాశయము మొదలగువాని మీదనుండే వీడనము తగ్గి ఆ యా బాధలు గూడ లేకుండ పోవును.

9. పేగులోపలి నిరోధములు

పేగులలోని గ్రంథుల ఫలనను, పుండ్లు పడి పేగు లోపలిపొరలు అంటుకొనుట వలనను చాల బాధ గలిగి, మలము నిరోధింపబడును. ఎనిమా చేయుటవలన మలము పూర్తిగా వెలువరించి వేయబడుటయే గాక గ్రంథులు గూడ క్రమముగా కరగిపోవును. నీరు లోనికి చొచ్చుకొనిపోవుటవలన మలమోచన మగుటయే గాక కొంత నీరు రక్తాభిసరణమునకు సహాయపడి గ్రంథులను కరగించుటకు తోడు పడును.

10. గర్భిణీస్త్రీలకు కలిగే మలబద్ధకము

98 ఫా. డిగ్రీల వేడి గల నీటితో యెనిమా చేసి గర్భిణీస్త్రీల మలబద్ధకమును నిరపాయముగా నివారింపవచ్చును. దీపనకరములైన మందులవలన జరుగని మేలు యెనిమావలన కలుగును. దీపనౌషధములు అపకారముగూడ చేయవచ్చును. యెనిమా సుఖమైనది. నిరపాయ మయినది.

దీర్ఘాయువును పొందుటకు అడ్డంకు లేవి?

1. గత శతాబ్దం సంవత్సరములలో చాల ప్రాముఖ్యము చెందిన పురుషులు మానవ సేవాధురంధరులు పరలోకగతులైరి అని వ్రాయుటకు బహుళప్రముగా నున్నది. ప్రకృతి వైద్యము నందు పేరుగాంచిన శ్రీమతి జ్ఞానాంబసోదరి మనలను విడిచిపోయినది. యోగాశ్వాస మందు వన్నె కెక్కిన రాజబుషిపుంగవులు శ్రీకృష్ణం రాజయోగీంద్ర సోదరులు (ఏనుగు వానిలంక) ఈ యధ్యపౌషం చకమును వదలి పరలోకగతులైరి. ఇంతియే కాక చాల ప్రఖ్యాత పురుషులైన శ్రీమహాదేవ దేశాయి గారు జైలులో హఠాత్తుగా గుండెజబ్బు చేత మరణించి రని తెలిసికొంటిమి. వీరు చాల ఆజానుబాహులు. నియమితజీవనము గల వారు, గొప్ప త్యాగులు. పేరు గాంచిన దేశ సేవాధురంధరులు. శ్రీ గాంధీ మహాత్మునకు కుడిభుజము. ఆర్థికశాస్త్రోపాధ్యక్షులు. ఇంతియే కాక ప్రకృతివైద్యము, ఆశ్రమ జీవనము నందు గొప్ప అభిమానులు. ఇట్టి జగదేక వీరుని జైలునందుకోల్పోయినది భారతావని. ఇట్టి తీరని లోటును పూర్తిచేయు టెట్లు? శ్రీ శ్రీ ఘనత వహించిన బొల్లాపగడ సుందర గోపాలరావుగారు ప్రకృతి వైద్యము నందు పెరిగి యీ వైద్యమునకు సర్వము త్యాగము చేసి అపక్వాహరసిద్ధాంతము, జాగరణచికిత్స, నీటివైద్యములందు పేరు గాంచి స్వల్పవయస్సునందే పరలోకవాసులు పిలిచిరా యనునట్లు మనలను విడిచిపోయినది. మనతోడు, మననీడ, ఎట్లు వెళ్ళెనో వ్రాయుటకు నా కల మాడకున్నది. ఈ గోపాలరావుగారు వారి సతీమణియు పెద్ద

ఆశ్రమమును నిర్మించ వలసిన వారి ప్రయత్నములు ఇంకను పూర్తి గాలేదు. ఆపని ఇతరులకు మిగిలి యున్నది.

2. పండితోత్తముఁడును, విద్యాసాగరుఁడును ధైర్యోత్సాహములకు మూర్తియు, పెద్దగాయకులును ఐన పండిట్ తారానాథ్ గారు కూడ స్వల్పవయస్సులోనే అరువదవవడి పూర్తి కాకమున్నే ఈ తోడి మానవ సేవకులను మాబోటి మిత్రులను వదలి వెళ్ళినారు. వీరు స్థాపించిన ప్రేమాయతన ఆశ్రమము ఇంకను అనేకచికిత్సాలయములును కలవు. వైద్యవిద్య, ఆర్థిక సాంఘిక రాజకీయ సమస్యలను వీరు ఎదుర్కొని జాగరూకతతో విద్యాలయములను నడిపి అనేకశిష్యులను తయారు చేసిరి. వారి ఆశ్రమమందు సేను నివసించి నపుడు వీరితో సంభాషించుచుండగా రోజులు గంటలవలె నడచు చుండెడివి. ప్రేమయే వీరి స్వరూపము. వీరి సతీమణియైన శ్రీమతి సుమతీబాయిగారును, వీరిసోదరులు శ్రీఅమృత రావుగారును పై ఆశ్రమములను నడపుచున్నారు. వీరి ఆశ్రయములను ప్రచారము చేసి వీరి పనిని పూర్తి చేయకమున్నే ఇతరులకు వదలి వేసిరి.

3. ఘనత వహించిన శ్రీ నారిశెట్టి హనుమయ్యనాయుడుగారు ప్రకృతివైద్యమునకు ప్రకృతిజీవనమునకు ఎంత త్యాగము చేసిరో ఆంధ్రలోకమున తెలియనివారు లేరు. త్యాగులు, ఆధ్యాత్మికజీవనమే ఆశ్రయము గలవారు, శుద్ధశాంతి స్వరూపులు ఐన శ్రీ నాయుడుగారు మా కందరకు ప్రకృతిజీవనము

చూపి శ్రీ శ్రీ పుచ్చా వెంకటరామయ్య గారిని సేనానాయకులుగా నియమించి, వారు భౌతికశరీరమును వదలి పరలోక యాత్ర కేగిరి. వీరు శతసంవత్సరములు పూర్తియై చేయలేదు. అరువదియవ పడిగూడ చేరలేదు. శ్రీశ్రీ నడింపల్లి సుబ్బరాజుగారు, క్షత్రియ పుంగవులు, దానకర్ణులు, శుద్ధ ఆనంద స్వరూపులు హఠాత్తుగా అరువదియవ పడిలోనే మనలను వదలిపోయిరి. శ్రీశ్రీ ఆగ్రాబాలముకుందానుగారు, యోగి సిద్ధేప్పగారు, భావనారాయణగారు యీ వైద్యశిఖామణులు ఎనుబది సంవత్సరములు కొందరు, డబ్బది అరువది సంవత్సరములు మరికొందఱు జీవింపగలిగిరి.

4. ఇప్పటి ఆంధ్రలోక మందలి ప్రకృతి వైద్యులలో శ్రీ రావుల గోపాలకృష్ణయ్యగారు ఎనుబదియవ పడిని చేరుచున్నారు. చాల ఉత్సాహవంతులుగా నున్నారు. ఆశ్రమము కొఱకు ఎదురుచూచుచున్నారు. కుస్తీ పడతా ననుచున్నారు. మన సేనానాయకులు శ్రీ పుచ్చావారు విశ్రాంతి నెక్కువ కోరుచున్నారు. శ్రీ పాలవర్తి నరసింహారావుగారు ఉపవాసము, ఎనిమూ, పశ్చరముచేత నూరేండ్లుచేరవచ్చు ననుచున్నారు. శ్రీ కృష్ణరాజుగారు వ్యాయామము, 'విల్పవరు'వల్ల నూరేండ్లను దాటవచ్చు ననుచున్నారు. శ్రీ అయ్యంకి వారు, ఏటిస్తానము, పండు, ఆహ్లాద జీవనముచేత రెండువందల వత్సరములవఱకు జీవించవచ్చు ననుచున్నారు. శ్రీ గంధం కృష్ణరావుగారు యుద్ధానంతరం ఇంకొక పర్యాయం జర్చనీ అమెరికాలకు వెళ్ళి మన ప్రకృతి వైద్యమును బోధచేసి తిరిగి వచ్చి మహా

రాజుల సాయముతో ఇండియాలో ప్రపంచక ప్రకృతివైద్య కేంద్రమును స్థాపించుటకు సిద్ధముగ నున్నారు. శ్రీ శ్రీ ప్రఖ్యాతి గాంచిన కె. లక్ష్మణశర్మగారు ఉపవాసము, కొలది యాహారము నమలి తినుట, శాంతియుత్త జీవనముచేత రెండువందల సంవత్సరము లెంత బలహీనులై నను చేరవచ్చునని రమణ మహర్షి ఆశ్రమమునుండి చాటుచున్నారు. ప్రకృతి వైద్యమునం దనేక భాగము లున్నవి. అన్నిటి యందును సత్యము లున్నవి. ఆరాట పోరాటమునకు రంగమైన యీ ప్రపంచకమునందు మనశ్శాంతి, చున్నిటి ప్రవాహోదకముల ఉపయోగము, స్వల్ప ఉపవాసములు, పరమేశ్వరునం దతీతమైన సమ్మకము; తనయందు కర్మశక్తియు తగ్గించుట, తక్కువ కామము, కోరికలులే జీవితమును పవిత్రమును చేయవలెను.

5. ఘనతపహించిన శ్రీ శ్రీ సీతారామయ్య బాబుగారు కూడ కీర్తిశేషులైరని ఇప్పుడే తెలియు చున్నది. వీరు సూర్యోపాసకులు. సూర్యసమస్కారములు చెప్పటయం దెక్కువ ప్రవీణులు. ఇట్లే అనేకులు అకాలమృత్యువు వాటి పడినవారని చెప్పవలసి యున్నది. కాని డాక్టరు లిండలహార్ (Dr. Lindlahar) డాక్టరు కూనీగారలు తాము చిన్నతనము నండే చనిపోయెడి వారము, ఈ పవైద్య ప్రభావము చేత ఇన్ని వత్సరములు జీవించి యున్నార మని నుడివినారు. రానున్న నూతన ప్రకృతి అవలంబకులు వారి జీవితము నింకను పొడిగించుకొనగలరు. మాయూరి లోనే ఎనుబది తొంబది వత్సరములుగల ముసిలవులు ఇంకను జీవించి యున్నారు. దీనికి

కారణము ఏరి పిండ పుష్టి, స్వల్పజీవనము, భగవద్భక్తి మనశ్శాంతియే కారణము. ఇది కాక మా నాయనగారి వయస్సు ఎనుబది వత్సరములు. మాతాతగారు శతవత్సరములు దాటి జీవింప గలిగినారు. ఈ మధ్య మా నాయన గారికి రోజు 1 కి అధమము ముప్పది పర్యాయములు నెత్తురు బంక విరోచనముల చేత ఇరువదియైదు దినములు బాధపడినారు. అందరను ముసిలి వానికి చికిత్స యేమని నారు. నా కామాటయే సరిపడదు. ముసలి తనమేలేదు. మరణమే మార్పు చేయ వచ్చును. పురుష ప్రియత్నమే ప్రధాన మైనది. భగవదనుగ్రహమే దీనికి కారణము. జగద్విదితమైన మార్కండేయులే దీనికి సాక్షులు. లెమ్ము ప్రియత్నము చేయుము. ఈనాడు మానాయనగారు పూర్తి ఆరోగ్యమును పొంది సుఖముగా నున్నారు. మీరు కూడా ప్రకృతి ననుసరించి దీర్ఘాయువును

సుఖజీవనమును పొందుదు.

6. జీవితాశయము స్వప్నము కావలెను. జీవించి యున్న రోజులన్నింటికిని పనిచూపు బాధ్యత మనయందున్నది. ఈ దేహమును ఒక పని కొఱకు త్యాగము చేయుటయే భారతధర్మము, వీరధర్మము. శాంతియుతజీవనము చేయుచు సాధ్యమైనంత తక్కువ దేహాశక్తులు ఖర్చు చేయుచు దేహమును నడపవలెను. 'అతి సర్వత్రో వర్జయేత్' అనుసూత్రము నెన్నడును మరువరాదు. నమ్మినారు సంవత్సరములు తక్కువలేని జీవనమును నడుపుట నేర్చుకొన వలెను. ఆయుజనితములైన పదార్థములను తగ్గించుచు, ఎక్కువ ప్రాణశక్తి నిచ్చు ఊపిరి తిత్తులను ఎక్కువ బాగుగా నుపయోగించు కొనవలెను. నీ సంకల్పమే నీ జీవితము. ఇందు లకు సందేహ మేమియునులేదు. లెమ్ము. ప్రకృతిని పూర్తిగా నీ పరిస్థితులలో నవలంబింపుము. జయము గాంతువు.

10 వ శ్రీ రామ కోటి మహాత్మ్యము.

శ్రీరామనామకీర్తనము. గుంటూరు.

24—12—42 నుండి 29—12—42 వరకు జరిగినది.

ఈ వారమురోజులు ప్రధానం 8 గంటలనుండి రాత్రి 12 గంటల వరకు నిరంతరాయంగా మహా పండితులు భక్తిని గురించి జ్ఞానమును గురించి పుష్కలములు యిచ్చిరి. హరికథలు చెప్పిరి. పురాణము వినిపించిరి. భజనలు చేసిరి. వేలాది జనము తమ మానసిక అధ్యాత్మిక దేహములకు సంపూర్ణ మైన విందును అనుభవించిరి. 30, 31 వ తేదీల యందు యీకరువు కాలములో భౌతిక దేహానికి పోషణ చాలక తృప్తిచేయుచున్న పండ్లలాది వీడనారాయణులకు సమా రాధనలు జరుపబడినవి. సభలను జరిపించినవారు యీయొక్క కష్టపట్టములకోర్చి మిక్కిలి సమర్థతతో కాన్యనిర్వహణ మొనరించిరి. మానసిక అధ్యాత్మిక రోగములచే బాధపడుచున్న కోట్లాది జనులకు ఇట్టి సత్సంగములు చాలా ఆనందములు యున్నది. అది గుర్తించి నిర్వహించుచున్న మండిరపాలకులకు మా హృదయపూర్వకమైన ఆభివంద నాలను అందచేస్తున్నాము.

సు ని శి త శ క్తు ల లో హో మో ప తి యో క టి

(Dr. పాలవర్తి నరసింహారావు, N.D. వేదికపాలెం)

ప్రకృతి వైద్య మనగా నిరాషధచికిత్సయశి (Drug-less healing) వాడుకపద మైపోయి నది. ప్రకృతి వైద్యశాస్త్రము, ఆయుర్వేద దాంగేయ యునాని మొదలగు మందువైద్యములను సంపూర్ణముగ ఖండించి, నిరసించి హోమోపతివైద్యము సునిశితవైద్యములలో నొకటియని వ్రాసినపుడు రోగులును, చికిత్సకులును పరిహాసింపవచ్చును. ఎందువలన? ఇది గూఢ మందులతో చేయబడు చికిత్స గనుక. హోమోపతి మంగు లుపయోగింపదగినవైన పుడు ప్రకృతిచికిత్సలతోపాటు ఆయుర్వేద మందులుగాని, ఆంగ్లేయోషధములు గాని ఎందు కుపయోగింపరాదని వైద్యులనేకులు ప్రశ్నించుచున్నారు. ఇట్టి ప్రశ్నలు బయలు దేరుటకు కారణము హోమోపతి చికిత్స యొక్క ప్రాథమికమూలసూత్రములు (Fundamental principles) తెలియకపోవుటయే. హోమోపతివైద్యమునుగురించి డా॥ లిండ్ల హార్ గారును, డా॥ బ్యాబిట్ గారును వారివారి గ్రంథములలో నొప్పుచు ప్రకృతివైద్యముతో చేర్చదగిన దని సంపూర్ణాభిప్రాయముల నిచ్చియున్నారు గాని యీ మందులు గూడ ఇతరమందులవంటివేనని నిరసించి నేను దాని యం దంతగాఢముగ పరిశ్రమ చేయలేదు. హోమోపతి మందు లన్నియు పాలచక్రైరతో చేయబడిన వైద్యమందుల ఇచ్చువారికిని, పుచ్చుకొనువారికిని దానియందు విశ్వాసము గలుగుటలేదు. పై చాక్లెట్ల లాభిప్రాయము ననుసరించి నా యనుభవములో హోమోపతిచికిత్సాఫలి

తములను పరిశీలన చేయుచు రాగా, ప్రకృతి చికిత్సతో జతచేయక ప్రత్యేకముగ నుపయోగించుచున్నవారు. తరుణవ్యాధులలో నేమి, దీర్ఘరోగములలో నేమి కొంతవరకు మంచి ఫలితములను బొందుచున్నట్లు గమనించి ప్రకృతి వైద్యముతో జతచేసిన నెట్టిఫలితము లుండునో యని దానియందుగూడ గాఢముగ పరిశ్రమ చేయ ప్రారంభించితిని. దీని ఫలితములు చాల తృప్తికరముగ కనిపించు చున్నందున ఇందలి యధార్థమును సోదరు లెల్లరకు మనవిచేయుచున్నాను. నేనే చికిత్స చేయదలచినను దాని యంతరార్థము తెలియనిదే ప్రారంభించను. ఈ చికిత్సయొక్క ప్రాథమికమూలసూత్రములు శాస్త్రసమ్మత మైనవియు, నిరపాయకరము లైనవియు అయినందున సోదరు లెల్లరు యధార్థమును గ్రహించి ఆచరించెదరుగాక యని నమ్ముచున్నాను.

హోమోపతి వైద్యమునకు ఆంధ్రమున సారూప్యోషధశాస్త్ర మనిపేరు. సారూప్య చికిత్స యనగా రోగమును కుదుర్చుటలో శరీరము చేయుచున్న ప్రయత్నములకు సరిగా నెట్టి ప్రయత్నములే చేయగల చికిత్సలు చేసి, శరీరమునకు శ్రమ తగించి, సహజమార్గమున రోగపదార్థ విమోచన చేయుట. రోగము కుదుర్చుట యనగా అన్యపదార్థ విమోచన యందు సహాయము చేయుటగాని అణచి వేయుటగాదు. అన్యపదార్థవిమోచన పోరాటములో శరీరావయవములకు సహాయము చేయగల వస్తు వేదైన నున్నయెడల అదియే

పరమోత్కృష్టమైన యాషధము. ఈసూక్ష్మ రహస్యమును డాక్టరు హానిమనుగారు కనుగొని ఇట్టి యాషధములొరకు తన జీవితమును ధారపోసి యీ సారూప్యేషధ వైద్యమును కనిపెట్టినారు. వీరు మొదట ఆంగ్లేయవైద్యులై యుండి తా నిచ్చు ఔషధములలో చాల లోపము లున్నట్లు గ్రహించి నూతనమార్గము నవలంబించి గొప్ప పరిశోధనలు జేసి యీ సారూప్యరహస్యమును కనుగొనినారు. హానిమనుగారి సిద్ధాంతప్రకారము యీ సూత్రమును The law of similars అనియెదరు. అనగా ఏ లక్షణములు, ఏ చిహ్నములుగల రోగమును అదేలక్షణములు చిహ్నములుగల ఔషధము కుదుర్చునని యభిప్రాయము. ఔషధమునకు లక్షణ మేమని యడిగెదరా? ఏరోగమును లేకుండనున్న ఆరోగ్యవంతునికి ఏమందు యిచ్చిన ఎట్టి లక్షణములు, రోగములు కలుగునో, అవియే ఆ మందుయొక్క లక్షణములు. ఈసూక్ష్మ స్వాభావికమైనది కాదా?

వైద్యశాస్త్రంలో సమస్త వస్తువులును వైద్యనిర్మితమై శాసనబద్ధములై యున్నవి. జీవ ప్రపంచము నెట్టి వైద్యశాస్త్రీయావరించుచున్నదో అట్టిశాస్త్రీయే జడపదార్థప్రపంచమును గూడ నావరించి యున్నది. జీవరాసులలో నెట్టి వైద్యశాస్త్రీయెట్టి మార్పులు పొందునో, జడపదార్థములలో నెట్టి మార్పులును పొందుచుండును. అనగా మానవశరీరమున జనించు రోగలక్షణములకు సరిగా నదే లక్షణములుగల పదార్థము ప్రయోగించినయెడల, రోగలక్షణములు మారిపోవును. ఇదియే హానిమనుగారి సిద్ధాంతము. మానవశరీరమున గల రోగలక్షణములకును జడపదార్థములయందు గల లక్షణములకును నొకవిధమైన సంబంధము కలదు. ఈ సంబంధమును హానిమనుగారు కనిపెట్టెరి. హానిమనుగారు జ్వరమునకు క్వైనా అమోఘమైనమందని అట్లోపతి శాస్త్రములందు జూచి ఏకారణమున క్వైనా జ్వరమును కుదుర్చుగలదు? సాధారణ జ్వరములలో నుండు లక్షణము లేవి? క్వైనాలోనుండు లక్షణము లేవి? జ్వరములేవి ఆరోగ్యవంతుడు క్వైనా పుచ్చుకొనినయెడల నేమిమార్పులు గలుగును అని తర్కించి, తమంతట తామే స్వయముగా క్వైనా పుచ్చుకొని చూచినారు. క్వైనా పుచ్చుకొనినమీద, ఆయనకు సరిగా సాధారణ జ్వరలక్షణము లన్నియు కలిగినవి. ఇట్లే మరికొన్ని మందులు తామును, భార్యయు, బిడ్డలును పుచ్చుకొని పరిశోధన చేసినారు. రోగములకు ఔషధములుగా వాడెడు మందులన్నియు రోగములు లేనివారు పుచ్చుకొనిన, రోగలక్షణములు కలుగుచున్నందున, ఔషధములో రోగమును జనింప జేయగల శక్తియుండుటవల్లనే రోగములను కుదుర్చుగలుగుచున్నదని నిశ్చయించినారు. ఇట్లే సుమారు నూరు మందులు రోగము లేనివారికి ప్రయోగించి, అందలి ఫలితము లన్నియు పరిశోధించి ఔషధలక్షణశాస్త్రమును గ్రంథమువ్రాసినారు. అయితే మందు రోగము నెట్లు కుదుర్చుచున్నది? మందు రోగిశరీరములో నేమి చేయును? సహజమైన చికిత్సావిధానము లన్నియు రోగపదార్థ విమోచన యందు వైద్యశాస్త్రీయే తోడ్పడును. రోగలక్షణములు శరీరమును పీడించుచు బాధ పెట్టుచున్నపుడు అదే రోగలక్షణములుగల మందును ప్రయోగములకును

ములకును జడపదార్థములయందు గల లక్షణములకును నొకవిధమైన సంబంధము కలదు. ఈ సంబంధమును హానిమనుగారు కనిపెట్టెరి. హానిమనుగారు జ్వరమునకు క్వైనా అమోఘమైనమందని అట్లోపతి శాస్త్రములందు జూచి ఏకారణమున క్వైనా జ్వరమును కుదుర్చుగలదు? సాధారణ జ్వరములలో నుండు లక్షణము లేవి? క్వైనాలోనుండు లక్షణము లేవి? జ్వరములేవి ఆరోగ్యవంతుడు క్వైనా పుచ్చుకొనినయెడల నేమిమార్పులు గలుగును అని తర్కించి, తమంతట తామే స్వయముగా క్వైనా పుచ్చుకొని చూచినారు. క్వైనా పుచ్చుకొనినమీద, ఆయనకు సరిగా సాధారణ జ్వరలక్షణము లన్నియు కలిగినవి. ఇట్లే మరికొన్ని మందులు తామును, భార్యయు, బిడ్డలును పుచ్చుకొని పరిశోధన చేసినారు. రోగములకు ఔషధములుగా వాడెడు మందులన్నియు రోగములు లేనివారు పుచ్చుకొనిన, రోగలక్షణములు కలుగుచున్నందున, ఔషధములో రోగమును జనింప జేయగల శక్తియుండుటవల్లనే రోగములను కుదుర్చుగలుగుచున్నదని నిశ్చయించినారు. ఇట్లే సుమారు నూరు మందులు రోగము లేనివారికి ప్రయోగించి, అందలి ఫలితము లన్నియు పరిశోధించి ఔషధలక్షణశాస్త్రమును గ్రంథమువ్రాసినారు. అయితే మందు రోగము నెట్లు కుదుర్చుచున్నది? మందు రోగిశరీరములో నేమి చేయును? సహజమైన చికిత్సావిధానము లన్నియు రోగపదార్థ విమోచన యందు వైద్యశాస్త్రీయే తోడ్పడును. రోగలక్షణములు శరీరమును పీడించుచు బాధ పెట్టుచున్నపుడు అదే రోగలక్షణములుగల మందును ప్రయోగములకును

గించినప్పుడు అదివర కేయే లక్షణములున్నవో అదే లక్షణములను జనింపజేయును. అట్లు జనించిన లక్షణము లదివరకు ఏయే స్థలములందును అవయవములందును, ఉన్నవో, ఆ స్థలములందును అవయవములందును నీ యశాషధములు ప్రవేశించును. ఈ యశాషధలక్షణములకును, రోగలక్షణములకును ఒకే సమయమందు ఒకే స్థలమందు నిలబడుటకు స్థల ముండదు. ఎంత చిన్న మోతాదులో నిచ్చినను ఔషధలక్షణములు రోగలక్షణముల కన్న బలమైనవిగాన, బలవంతులను బలహీనును ఒకే స్థలమున పేక్షించినపుడు, బలవంతుడే స్థలాకృతిని చాచి కొనునట్లు ఔషధలక్షణములు రోగపీడితావయవములలో ప్రవేశించుననియు, వెంటనే రోగచిహ్నము లంతరించుననియు, హానిమను గారు సిద్ధాంతము చేసినారు. అనగా ఔషధము మనుష్యునియం దే రోగ మున్నరో సరిగా అటువంటి రోగమునే జనింపజేసి, ఆ రోగమూలమున శరీరరోగమును పోగొట్టునని యర్థము. (The law of similar diseases) అల్లోపతి వైద్య మిట్లుగాక శరీరమున నే రోగ లక్షణము లున్నచో అందుకు సరిగా వ్యతిరేకమైన రోగలక్షణములను జనింపజేసి రోగమును మాన్పి యోగించును. దీనినే (The law of Contraries) అంటారు. అనగా ఉష్ణముగా నున్నచో చలవశక్తియుటకును, మలబద్ధముగా నున్నయెడల నిశ్చలములుకను, రక్తిపుపోటున్నయెడల కొంత రక్తిమును తీసివేయుటయు నిద్రపట్టని యెడల మృత్తమందులును వాడెదరు. ఏముట్టియో శరీరములో ప్రవేశించ

గానే యేదోకొంత పనిజేయునుగా! ఏమియు చేయనియెడల ముందెందుకు? ప్రతిమందును శరీరములోనికి వెళ్ళిన పిమ్మట రెండు విధములైన మార్పులు గలుగును. వీనికి క్రియాప్రతిక్రియ లని పేరు. చన్నిరు స్నానము చేసినప్పుడు మొదట చలి గలుగును. తరువాత వెచ్చగా నుండును. నల్లమందు వేసికొనిన వెంటనే నిద్రపట్టినను కొంతకాలమైన పిదప ఎంతప్రయత్నించినను నిద్రపట్టదు. కాఫితాగిన వెంటనే నిద్రమత్తు పోయినను మరికొంతనేపై న పిమ్మట విశేషముగ నిద్రపచ్చును. ఏయశాషధము ప్రయోగించినను మొదట నొక విధ మగు పనిని తరువాత దానికి విరుద్ధమగు పనిని కలుగజేయును. వీటినే క్రియాప్రతిక్రియ లనెదరు. ఈ సూత్రములో హోమోపతి రహస్యము చాలవరకు నిమిడియున్న దని తోచుచున్నది. ఈ సూత్రము శాస్త్రజ్ఞులు చాలకాలము కిందటనే కనిపెట్టియున్నారు. కాని వైద్యశాస్త్రములో మాత్రము దీనిని మొదట హానిమనుగారే పరిశోధించి స్థిరపరచినారని చెప్పవలెను. అల్లోపతి ద్యము తత్సాంతి కరము మాత్రమనియు, ప్రకృతి సూత్రములకు విరుద్ధమనియు, హోమోపతి వైద్యము శాస్త్రసమ్మతమనియు ఈ సూత్రమువలన స్పష్టమగును. అల్లోపతి వైద్యులు విశేషనబద్ధముగా నున్నపుడు విశేషనకారియైన యశాషధమును వాడెదరు. వెంటనే ఆ మందు శరీరమునందు కొన్ని గుణములు కలుగజేసి విశేషనము చేయును. ఇదియే మొదటి గుణము. (Primary action) తరువాత మందుయొక్క పటుత్వము తగ్గిపోవుచుండగానే శరీరములోని ప్రాణాధారశక్తి మందులు గలుగజేసిన లక్ష

ణములకు సరిగా విరుద్ధమగు పనిని చేయుచు ప్రతికారము (Reaction) చేయును. అప్పుడు అల్లోపతి వైద్యము పొందుచున్న రోగియొక్క తత్కాలి నొందిన బాధలు తిరిగి యారంభించును. దీనినే ప్రతిక్రియ అందురు. అనగా మందువలన కలిగిన రెండవ లక్షణము. రోగికి ఏమందు వాడిన ఆమంధుయొక్క లక్షణములకు ప్రతికార మార్గములో సరిగా విరుద్ధ లక్షణములు కలుగునుగాన, రోగియొక్క లక్షణములవంటి లక్షణములు సరిగా కలిగించు సారూప్యవధమును ప్రయోగించుటచే ప్రతికారములో (Reaction) లక్షణములకు విరుద్ధమగు లక్షణములు కలిగి, రోగిలక్షణములు మాయమైపోవును. హోమోపతి వైద్యము శాస్త్రసమ్మతమైన దని చెప్పుట కిది మరియొక దృశ్యలక్ష్యము. సారూప్యసూత్రము, గ్రాగ పదార్థ విమోచన సూత్రములు, ఔషధ ద్విగుణ లక్షణములు మొదలగు ప్రకృతి శాస్త్రములోని సూత్రములే యీ వైద్య శాస్త్రమునకు కూడ. నాథారములై యున్నవి. హోమోపతిమందు లెట్లు తయారు చేయుదురు? ఒక గింజలయెత్తు ఔషధమును (పాదరసము, పెట్రోలియం, ఓపియం, సల్ఫర్ మొదలైనవి) 10 గింజల యెత్తుగల పాలచక్కెరలో గలిపి మర్దనచేయుదురు. ఈ మర్దన చేసిన ఒకగింజల పాలచక్కెరలో 1/10 అనగా పదవవంతు అనలుమందు ఇమిడియుండును. దీనికి 1x అని గుర్తు పెట్టినారు. ఈ మర్దనజేసిన చూర్ణమునుండి ఒకగింజలయెత్తు తీసుకొని దానితో మరల 10 గింజల పాలచక్కెరను గలిపి మర్దనచేయుదురు. ఇట్లు మర్దన చేసిన ఒక గింజలయెత్తు చక్కెరలో 1/100 అనగా

నూరవవంతు అనలుమందు ఇమిడియుండును. దీనికి 2x అని గుర్తుపెట్టినారు. ఈ చూర్ణము నుండి ఒక గింజలయెత్తు తీసికొని వైద్యముగనే 10 గింజలయెత్తు పాల పంచదారతో మరల మర్దనజేయుదురు. అప్పుడు ప్రతి గింజలయెత్తు చూర్ణములో 1/1000 వంతు అనలుమందు కలిసియుండును. దీనికి 3x అని గుర్తుపెట్టెదరు. ఇదేవిధముగ మందులు తయారుజేసి 6x, 30x, 100x, 200x, 500x, 1000x, 10,000x, 1,00,000x, 10,00,000 అనిగుర్తులు పెట్టెదరు. ఈ మర్దనవలన ఏమి మార్పు గలుగునని ప్రశ్నింపవచ్చును. ప్రకృతిరూపములో ముడి పదార్థములను (Crude substances) తీసికొనినప్పుడు వానియం దిమిడియున్న శక్తులన్నియు ప్రదర్శింపబడవు. సక్రమముగ మర్దన (Trituration) చేయుటవలన ముడిరూపములో దాగి స్తంభించియున్న శక్తులు వర్ణనాతీతముగ విజృంభింపగలవు. కోతనలన నజ్రములో శక్తి బయటపడినట్లు, నూరుటవలన కత్తికి పదునుగలిగినట్లు యీమర్దనవలన యీ మందులకు మహాశక్తి గలుగును. మర్దనగావించినకొలదియు అందలి స్థూలవస్తువు సశించి, నిరాకారత్వము (Spiritualize) గావించును. అనగా సునిశిత మగును.

పై విధముగనే ఒక గింజలయెత్తు ముడిఔషధమును 100 గింజల ఆల్కహాల్ లులో కలిపి బాగుగ కదుపుట (Shaking) మూలమునను యీ మందులు తయారుగుచున్నవి. పై విధముగనే పాలచక్కెరకు బదులు ఆల్కహాల్ కలిపి కదుపుచు తయారుచేయుదురు. ఈ కదుపుట మూలమున అంతర్నితమైన ఔషధ శక్తులు వృద్ధి జెందును.

అల్లోపతి వైద్యమం దుపయోగించు రసము, విషము, పాపాణము, నాభి, గంధకము, నల్ల మందు మొదలైనవి విషము లని ఖండించుచు వానినే హోమోపతివైద్యులుకూడ ఉపయోగించుచున్నారే! ఆ మందులుగూడ విషతుల్యములు గావా యని కొంద రాక్షేపించుచున్నారు. ప్రకృతిలోని రసాయనిక అనురాగ ప్రతీకార ధర్మముల నెరిగినవారి కిట్టి సందేహములు గలుగనేరవు. ప్రాణవాయువు (oxygen) మిక్కిలి తీవ్రమైనది. దీనిని ప్రత్యేకముగ నుపయోగించిన ప్రాణహృకలుగును. జలవాయువు (Hydrogen)ను ప్రత్యేకముగ నుపయోగించిన నట్టి పరిస్థితులే సంభవించును. అట్టి తీవ్రవిషతుల్యము లగు ప్రాణ జలవాయువుల సమ్మేళనవలన ప్రాణవృద్ధ మగు జలమేర్పడుచున్నది. క్లోరైడ్ విషము. దీనిని సోడియంతో కలిపిన లవణ మగుచున్నది. కాబట్టి నాభి, పాపాణము, పాదరసము, గంధకము, నల్లమందు, వైట్రికాసిడ్ మొదలైనవిషములైనను, పైన వివరించిన పద్ధతి ప్రకారము

రము మర్దన చేయుటవలన సూక్ష్మ రూపమును పొందుటయేగాక, రసాయనిక అనురాగవశమున వాయువునందున్న సూక్ష్మ శక్తుల నాకర్షించి ప్రాణవృద్ధ మగు దివ్యోషధములుగ మారుచున్నవి.

The process of triturating a drug communicates a certain principle of force, which attracts a special grade of matter from the atmospheric elements. A refined form of all earthly substances floats in the air and the electrical excitement caused by the shaking or grinding process of trituration will develop a chemical action that is absorptive of these surrounding volatile elements. (Babbitt)

Select for every case of disease a medicine capable of calling forth by itself an effection similar to that which it is intended to cure (Organon). The law of harmony requires contrasting rather than similar elements—that similars repel and excite each other. The great thing to be done is to find the elements that make up the other side of force and so bring about the balance that constitutes health.

శ్రీ రా మ కృష్ణ వ్ర కృ తి చి కి త్సా ల య ము

మునులతోట, రేపల్లెతాలూకా, గుంటూరుజిల్లా.

ఇచ్చట ఔషధములు, ఆపరేషనులు, ఇంజక్షనులతో నిమిత్తము లేకుండ యోగ వ్యాయామ వివిధ ప్రకృతి చికిత్సా విధానములచే కుష్ఠ, బొలి, ఉబ్బసము, త్వచ, మార్పులు, పిచ్చి, వంధ్యాత్వము మరియు సుఖివ్యాధి మొదలగు మానవులకు సంక్రమించు సమస్తాధము లగు శారీరక మానసికము లగు రుగ్మతలు నివారించబడును. మరియు స్థూల దేహాలు సన్ననివారుగను, దుర్బలశరీరులు బలిష్ఠులుగను, అందవికారాలు సౌందర్యవంతులుగను చేయుబడుదురు. బీదలకు మాత్రము ఉచితముగా చికిత్స చేయబడును. వివరములు కోరువారు 0-4-0 పోస్టుబిళ్ళలు పంపించినచో ప్రకృతి వైద్యమను గ్రంథము పంపబడును.

టైఫాయిడ్ కుదిరినది

[వంగవేటి లక్ష్మీనారాయణ కుమార్తె హను మంతరాపు, వయస్సు 15 సంవత్సరములు.]

మాపిల్లవానికి యీ గడచిన ఎండకాలపు సెలవులు అయిన తరువాత అనగా జూలై 1 వ తేదీన బడికి పంపితిని. వెళ్లనప్పుడే కొంచెము సుస్తిగావున్నాడు. తెనాలి వెళ్ళగానే జ్వరముతో లేవలేని స్థితి లోనికి వచ్చినాడు. అప్పుడు వెంటనే శ్రీ డాక్టరు వెంకట్రామయ్యగారిని తీసికొని వెళ్ళి చూపగా చదువు మాన్పి యింటికి తీసుకొని రావలసినదని చెప్పినందున అప్పుడే బండి మీద యింటికి తీసుకునివచ్చి స్నానములు పూర్తిరచించినాము.

ప్రతిరోజు నిద్రలేచి కాలకృత్యములు తీర్చు కొనగానే లోట్టిస్నానము 10 నిమిషములు అయిన తరువాత ఎనిమిద రెండుసార్లుచేయుట, ఉష్ణోదకముతో స్నానముచేయుట, తరువాత ఒక అరగంట పడుకొనిన తరువాత 5 కాయల నారింజరసమును పుచ్చుకొనుట— యిట్లు రసము రోజుకు మూడుసార్లు పుచ్చు కుంటూ మధ్యలో ఎప్పుడైనా ఆల్బుకరాపండు నల్లద్రాక్ష. పుచ్చుకుంటూ వుండువాడు. ఇట్లు ఒక నెలరోజులు అయిన తరువాత రసము 4 వ సారికూడా త్రాగిచూ వచ్చెను.

జ్వరము రోజువిడిచి రోజు పెరుగుచు దిగుచు వుండెడిది. మొత్తముమీద 105°లు పూర్తిగా వుంటూవుండేది. ప్రారంభంనుండి 105° ఒక నెలరోజులు వుండెను. తరువాత రోజువిడిచి రోజు తిరుగుదలకు వచ్చెను. 20 రోజులు గడచిన తరువాత గొంతులో కఫము

చుట్టుకొని గురగుర ప్రారంభమాయెను. ఇది ప్రారంభము అయిన తరువాత పండురసము తగ్గించవలసినదని చెప్పిన మీదట పిల్లవాడు అడిగినప్పుడే రసమిచ్చి తిమి. అట్లు 8 రోజులకు గురగుర తగ్గిపోయెను. కాని, జ్వరలక్షణములు మాత్రము పూర్తిగా వుంటూవుండెను. నాడికి అదివరకువున్న అల్పాచమానము ఉద్రుతికూడా తగ్గిపోయినది. ఇట్లు కొంతకాలము, అనగా 30 రోజులు గడచునరే ఉష్ణము ఎక్కువై అంగములో మంట ఏర్పడునరే శ్రీ డాక్టరుగారికి చెప్పగా పదిరోజులు స్నానములు మాను మని చెప్పినందున మానితిమి. 40 రోజులు అగునరే జ్వరము పూర్తిగా తగ్గి 42 వ రోజున పథ్యము శ్రీ డాక్టరుగారు యివ్వమని చెప్పినందున అట్లు యిచ్చితిమి.

నా దురదృష్ట వశాత్తు జ్వరము ప్రారంభించిన 15 రోజులకు పండిన నారింజకాయ తెనాలిలో దొరకలేదు. బత్తాయిలు 100 కి రు 5-0-0 లు. నారింజ దొరకనేలేదు. దొరికిన 100 కి రు 6-8-0 లు పై నుండెను. కాని తెనాలి నిండా పుల్ల నారింజ నిండిపోయెను. శ్రీ డాక్టరుగారిని “అయ్యా! తీపికాయ దొరకలేదు. పుల్లనారింజ పూర్తిగా వున్నది. ధర కూడా చాలా స్వల్పముగా వున్నది. ఆకాయ తెచ్చి యివ్వవచ్చునా అని అడుగునరే నల్ల కాదు” అని జవాబిచ్చిరి. అందువల్ల బత్తాయి లిచ్చియుంటిమి. భగవదనుగ్రహమువల్లను, శ్రీ డాక్టరు పుచ్చా వెంకట్రామయ్యగారిదయ వల్లను యీ రోజువరకు మాయింట్లో దేనికి గాని మందు లేకుండా గడుపుచున్నాము. ఇదియే పదివేలు.

తండ్రి హృదయము

(నాదగతి)

కోట శ్రీరాములు

నేనూ, మాబావమరదీ స్టేషన్ లోకి వచ్చేటప్పటికి సరిగ్గా 11 గంటలు కొట్టారు. రైలు ఒంటిగంటప వస్తుందన్నారు. బావమరదీ, ఇప్పుడే వస్తానని యెటో వెళ్ళాడు. నేను అటూ ఇటూ తిరుగుతూ పక్కతిరహా స్థానిక మననం చేసికొంటూ కటకటాల పక్కన వచ్చి నిలబడ్డా.

నన్ను రెండు, మూడుసార్లు నిదానించి చూస్తూ పోయిన ఒకాయన నాయెదుటప వచ్చి నిలబడి “నమస్కారం, పంతులుగారూ” అన్నాడు. ఆయన ఖద్దరు డ్రస్సు రూపరేఖలూ చూస్తే సంపన్న గృహస్థుడు లాగా కనుపించి ఆకర్షణీయంగా ఉన్నాడు. నేనూ ప్రియ త్వం చూపించి “వీరెవర?” అనుకుంటున్నా. ఆయన వెంటనే “మాది తెనాలి” అని చెప్తూ “తమదే గామ”మని పుష్పించాడు. ఆయన స్వరంలో కొంత కంపం - కొంత ఉత్సాహం స్ఫురించింది. ఆయన ముఖంలో కొంత మందహాసం గోచరించి నప్పటికి నిదానించి చూచేప్పటికి ఆయన నేత్రగోళాల్లో నిశ్చల శూన్యదృశ్యంలా కనుపించినై.

నేనొక క్షణం నిదానించి “మాది.....తమకేం కావా”లని తిరిగి ప్రశ్నించా. ఆయన “బాబూ! మరేం లేదు. మీ ఊళ్లో యెవరైనా బాగా పుళ్ళలు చెప్ప గలవాలున్నారేమో తెలుసుకుని పుళ్ళ అడగటానికి వచ్చామని” అన్నాడు. అంటూ ముఖం క్రిందకు వంచాడు. వదలనిముఖం కళాహీనం చేసుకున్నాడు. అయినా 40సెం లోపుగా ఉండే, ఆయన్ని ఒదార్చాలనే భావం గలిగింది. పుళ్ళ అడగటానికి ‘పీరికి కలిగిన బాధ యేమిటా’ అని ఒకలిప్తకాలం ఆలోచించి ఆయన ముఖంలో చూచా. ఆయన కళ్ళల్లో నీళ్ళు తిరిగి ఉన్నై. ఆయన అప్పుట్లో యెవరికో ఇబ్బంది కలిగి ఉన్నట్లు స్ఫురించింది. వెంటనే నా వాక్కు నా స్వాధీనం లేకుండానే “మీ అమ్మయిల్లో యెవరికో బాధ కలిగినట్లు తోస్తోంది” అని అడిగి అగింది. ఆ మాటలు వింటూ ఆయన నిశ్చేతనం కళ్ళు మూతలు పెట్టుకుని గద్గదకత్తో “బాబూ! పసివాడు బాధపడుతున్నాడా! ఆమాట వింటే నాగుండె పగిలిపోతోంది. నా అమ్మయి

దని కూడా చెప్పుతున్నారు. నా అమ్మయిదు నాబిడ్డ కంటే మరెవరోనా డిప్పు డెక్కడున్నాడో చెప్పండి, భగవంతుడులాగా కనుపించారు” అంటూ ఆదుర్దా మాటలు ప్రారంభించాడు. ఆమాటలు నాకు పూర్తిగా అగ్రంకాక “మీరువిషయమంతావిపులంగానెలవియ్యా” అన్నా. పొంగివచ్చే దుఃఖాన్ని ఆపుకుంటూ “మా అమ్మయి యింట్లోంచి లేచిపోయి ఇవ్వాలి”కు సరిగ్గా నెలా యిరవై రెండు రోజులయింది. అప్పటినుంచి నే నిట్లా కంపనవస్తే కాకిలాగా తిరుగుతున్నాను గాని వాడి తల్లి చెల్లెలా వాకిలి ముఖమే చూడటం లేదు. ఇంటిసిద్ధి యేమని చెప్పును.....వాడిసిద్ధి, యెప్పుడు వచ్చేదీ ప్రశ్న చెప్పండి. నా మనస్సు ఆగట్లలే”దని తల వంచాడు.వంచాడో లేదో కళ్ళల్లో నీళ్ళు రెప్పలకటూయిటూ తొణికిసలాడినై. ఆయన స్థితిచూచేప్పటికి నా హృదయం ద్రవించింది. నా మనస్సు గురుస్వరూపాన్ని స్ఫురించింది. గుర్వనగ్రహములేనేమి - భావాకర్షణ యోగం (Thought Reading) అయితేనేమి—“ఆ క్షరవాడు దూరదేశంలో ఉన్నట్లూ, ఒక కుటుంబీకుడు అతనిని అదరించి దగ్గర తీసివట్లూ, ఆ యిల్లు ఒక లోటలో ఉన్నట్లూ, ఆ క్షరవాడు యింటిమీద ద్రవమ గలిగి త్వరలో రావచ్చునని స్ఫురించి అదే విధంగా వాడి వచ్చింది.

అతండ్రి విస్మయంపొంది- “నేను రాజమండ్రిలో ఒక గొప్ప జ్యోతిష్యుడిని పుష్పించగా ఇదేవిధంగా నెల విచ్చాను. మీరూ అట్లాగే చెప్తున్నారు. కాని వాడు తొందరలో వస్తాడని మాత్రం చెప్పలేదు. మీరు మాత్రం చెప్పారు. యేం బలంతోనో?” అన్నాడు. “మనదేముంది! పుత్రిదీ ఆగుర్వనగ్రహమే. కదా అని ఆకర్షనాడు ఇంటికి రావటానికి భయపడుతున్నట్లు తోస్తోంది” అన్నా.

వెంటనే ఆయన “అబ్బా! నేనెంత కఠినుణ్ణుడి! వాడికి సరిగ్గా భోజనం అమరుతుందో లేదో! అయినా యెట్లా అమరుతుంది! యెవరెంత దగ్గరకు తీసినా తల్లిపెట్టుతుందా! వాడిపూట అన్నం తిన్నాడోలేదో. అట్లా వాడు తిండిలేక తిప్పులు పడుతుంటే నే నెట్లా తినగల

నని వాడితల్లి అప్పటినుంచీ శుష్కప వాసాలు చేస్తోంది. వాడి చెల్లెలకూ వాడికి అమితమైన ప్రేమానుభవం. పోనీ నేను కఠినుణ్ణి. పోనీ ఆ చెల్లెలనైనా చూచుకొని ఉండకూడదూ! ఆపిల్ల పాపం వాడిని గురించి యేమీ మాట్లాడవచ్చుగాని ఊహించుకోని పీథి గుమ్మం తలుపుతీసి 5-6 నిమిషాలు పీథిగక నిరీక్షించి మళ్ళీ తలుపు వేసివచ్చి ఇంట్లో కూర్చుంటుంది. రాత్రి పడుకోబోయేటప్పుడు ఒక సారి వెళ్లి తలుపుతీసి పీథివంక చూచివచ్చి పడుకుంటుంది. దానిచేష్టలచూచి నాకడుపు చెల్లుతై కాస్తేపు యేడ్చియేడ్చి పడుకుంటూ. ఆపిల్ల మునుపటికిమల్లే మాట్లాడటం మానేసింది.”

“నా తండ్రి యొక్క డో కానిదేశాల్లో పడుకునేందుకు ప్రక్కలేక చలిలో యేపంచినో పడుకుంటుంటే నేను ఈ మంచాలమీద పడుకోగలనా?” అని ఆ తల్లికింద పడుకుంటుంది. ఆ చెల్లెలు ఒకమూల పడుకుంటుంది. ఇదంతా చూచి నా జీవితనాక విపత్సమర్పనధ్యంలో కొట్టుకుంటున్నట్లుగపడుతుంది. నేను దుర్మార్గుణ్ణి. కఠినుణ్ణి. మావాడితోపాటు వెళ్లి తిరిగివచ్చిన వాడిమూల మీద కికిందరాబాదు వెళ్లి వారం రోజులుండి వెతికి తిరిగి వచ్చా.”

ఆ మధ్య హిందూ మహమ్మదీయుల కొట్లాటల్లో యెవరో ఒక కుర్రవాడు చనిపోయాడంటే దర్మాత్తు చేశాను కూడా. పాపం ఒక మూల కుర్రవాడని కూడా తెలిసింది. ఎవరో ఒక కుర్రవాడు గుడ్డుపెట్టేలో వచ్చి పడుకుని పోతుంటాడని ఒక కాకాష్టబుల్ చెప్పగా ఆక్కడ కాపలా నేశానుగాని నాకు కనుపించిలా. తప్పుక కనుపిస్తాడని చెబువంతకళ్ళు చేసుకు వెళ్ళిన వాడిని కళ్ళు చెడి ఇల్లుచేరా. వాడితో వెళ్ళి తిరిగివచ్చిన వాడు తాను చేసినపనికి తండ్రి దగ్గర అఘోరించి లక్షణంగా యిప్పుడు ఉండటాల్లా? వీడేందుకు రాగూడదూ? తల్లిని, నన్ను ఇంత కష్టపెట్టి తానిట్లా కాని దేశాల్లో అఘోరించాలా? రోజుకు నూరూ, నూటయ్యై అమృతమున్న కొట్టు చేతులో ఉండగా తన కేం తక్కువ? తనకు ఎంచుకునేవాళ్ళా? పంచుకునే వాళ్ళా?” అంటూ వలపోత పొర్రంబించాడు.

మధ్య మధ్య నేను కఠినుణ్ణి, దుర్మార్గుణ్ణి అనటంచేత ఆ కుర్రవాడు లేచి పోవటానికి శ్మయనకూడ కొంత కారణమై ఉంటాడని తోచి “బాబూ! మీరాకుర్రవాడి పట చాలా నిర్ణయగా ఉండటం చేత గూడా మీ కుర్ర

వాడు లేచి పోవటానికి హేతువేమనని అనుకుంటున్నా” అన్నా. వెంటనే “కావచ్చునండి. ఇట్లా ముణుగురుందని సుతరాం అనుకోలా. కుర్రవాడిని కఠినశిక్షలో ఉంచితే అచ్యుతా ఉండి మంచినడత గలిగి పేరు పొతివట సందించుతాడని భృమిశాగాని యిట్లా కొంపపెన్నాడనుకోలా” అంటూ కళ్ళు మూశాడు. “బాబూ! ఆ కుర్రవాడు 14, 15 ఏళ్ళవాడన్నారే! వాడిని అంత కఠినదండనలో ఉంచాలని మీకు బుద్ధివృద్ధుటానికి అంత ప్రబలమైన చెడు వాడిలో ఏమి కనిపించిందో వినాలని ఉండన్నా.”

అయిన పొర్రంబించాడు — “నిజానికి నాపిల్లవాడు అందరి పిల్లలకంటే యేమీ ఎక్కువ అల్లకచేసిగానీ, బీడి శిగ రెట్లు కాల్చిగానీ యెరగడు. దొంగతనంనూ చాలేదు. కాని దాపరిక మెందుకు! వాడి మేనమామ బహుదుర్మార్గుడు, రాక్షసి, పోకిరి, ముండలముతాకోరు, అస్తంతా తగలేశాడు. జూదమాడుతాడు. ఇంకా చాలా అపభృంశపు పనులన్నీ చేస్తాడు. మావాడికి మేనమామపోలిక వస్తుండేహా నని భయం కలిగి కుర్రవాడికి 10 పప్పు వచ్చినప్పటి నుంచి బహు ఆరడిపెట్టి కట్టుదిట్టాల్లో పెట్టటం మొదలు పెట్టా. “పోనీ మీ పోలికబునుతే యెందుకు రాగూడదూ?” అని తలచారు గాదేం అంటే — ఏ శైవునందైనా చెడు చప్పున సంతోషించవచ్చునని పెద్దలు చెబుతారుగా — అదే — ఆ కుర్రవాడిని చూచినప్పు డ్లా జ్ఞప్తికి వస్తూఉండే” దన్నాడు.

“బడినుంచి కుర్రవాడు ఇంటికి వచ్చేటప్పటికి గాని - వాడు కొట్టుదగ్గరకు వచ్చేటప్పటికి గాని - వాడిని చూడటంతో ప్రేమ పొంగివచ్చేది. ఏకపుత్ర విషయం గాదండీ - వెంటనే ఆ ప్రేమను వెనక్కి గుంజేసి “వీడిని మనం ప్రేమగా చూచామా అంటే వీడికి తప్పుక మేనమామబుద్ధులవచ్చితీరత వని పెద్ద ఆక్రస్సు పుట్టేది. ఊరికి వాడిని పొతిదానికి కనర బుద్ధి పుట్టేది” అన్నాడు. “అయ్యా! మీ పునంగంవల్ల మేము కొంత నేర్పుకొనవలసి ఉంది గనుక ఆ కుర్రవాడి చర్యలూ మీ దండనావిధానం శలవిస్తారా?” అన్నా. దండనలో మాత్రం నిర్ణయగా ఉండేవాడిని లెండి. నా చేతలన్నీ సుప్రస చేసింది సువ్వ అనుభవించరా! నాయనా! అన్నట్లు తోస్తోంది. లేచిపోయే ముందు ఒకరోజు రాత్రి పొద్దుపోయి యింటికి వచ్చాడు. వాడట్లా పొద్దుపోయి ఇంటికి రావటానికి కారణం తెలు

శ్రీమద్భగవద్గీతా అధ్యాయములు

నుకునే అంత ఓషికలేకపోయి వాడి మేనమామకు మల్లే యెవరితోనో చెడుగహవాసాలకు పోయాడని తోచి చావాచితకా కొట్టా. వాడు కొంతసేపు వీడిచి యేడిచి పడుకొని తల్లితో “అమ్మా! ఇవాళ మామ్మాల్లోదేశా లన్ని తిరిగివచ్చిన ఒక డాక్టరుగారు దేశాన్ని అశోగ్యంగా ఉంచుకునేవిధం - బలం సంపాదించే మార్గం - ఆస నాలూ - కసరత్తులవల్ల లాభం - ఉపన్యాసం చెప్పాడు. మా బళ్ళో పిల్లలందరం జెల్లాం. అందుకని ఇంటికి రావటం అలస్యమైంది. తెల్లవాడగూమున మా డిల్లె ముట్టుగురు ఆసనాలూ - కసరత్తు నేర్పుతాను, వచ్చే వాళ్ళు రెండన్నాడు. నేను పోయి నేర్చుకుందామని ఉంది. నాన్నతో చెప్పి కోప్పడకుండా ఉండేటట్లు చేయమని అడుగుతున్నాడు రల్లినీ. ఆ మాటలు నా చెవిని బడటంతోనే “అమ్మో! మనం అశోగ్య విషయం చెప్పనూ చెప్పక, విసనూ విసనియ్యక కొట్టామే అని పశ్చాత్తాపం గలిగింది. మళ్ళీ అంతలో ఛా! సాయిబ్బులు లాగా గరిడీలకు పోయి మీ మేనమామకు మల్లే రోడ్డిజల్లు కట్టు దామనుకున్నా వా ఇప్పటినుంచీ, అని కోపం తేగింది.

ఇంకా కొన్నిరోజుల క్రితం జమ్మి ఖర్చుచేసి యూజి యెక్ కాండో జీవితచరిత్రా, కాండో ఫోటోలు కొన్నా డని నేను జ్వరంతో కుదిరిపోతూ కూడా వాడిని పట్టు కుని ఇనుప కలతబద్దతో కొడతూ ఉంటే మా స్నేహితు డోకాయన వచ్చి సువర్ణ జ్వరానికి పప్పులుగా తినే క్విన్లైక్ పైత్యం తలకెక్కి పట్టు తెలియకుండా పోతోం దని విడతీతాడు. నాకు నా విడమీద ప్రేమ లేకనా వాడి నట్లా కొట్టేది? నాడు వాడి మేనమామ లాగా యొక్కడ పాడయిపోతాడో అనే భయం చేతనే గాని తెలివిలేటల్లో ఏమీ లోపం లేదు. నేను లేపప్పుడు కొట్టో చేరం తెలివిగా జేసేవాడు. పిన్నా పెద్దా తార తమ్మం తెలివి మాట్లాడుతాడని పైవాళ్ళ అంటూ ఉం టారు కూడాను. అన్నీ బాగానే ఉన్నవి కాని భయ భయల్లోవుంచక చనుదీస్తే ఎక్కడ మేనమామ పోలిక వచ్చి పోతుందో నని చనువిచ్చి మాట్లాడే వాడినిగాదు. ఏమైతే నేను తెండి ఒక గూతవైద్యుడు అం జనంజేసి యివ్వాలి లేపట్లో మన ఊరుదగ్గర నుంచి పర్యాణం చేస్తాడు. కాపలా కాని పట్టుకుంటే దొరుకు తాడు. లేకపోతే సరాసరి వెనుతాడంటే అశపడి తెనా లిలో ఒకాయన్ని ఉంచి నే నిక్కడ వెదుకుతున్నా.

పొద్దుటి నుంచీ తిండి తిప్పలూ లేక పత్తిరైలూ పెరికే పార్శ్వం నాకు జట్టింది. తింటానికి ఉన్నా ఆకర్షణ పడే ప్రార్శ్వం వాడికి పట్టింది. ఇక వాడి చెల్లెలూ, తల్లి ఆవస్థ చెప్పటానికి అలవి కాదు. చూడలేక నేను అటూ ఇటూ తిగుతున్నా నన్నాడు.

“అయితే అకర్మవాడు హరిపోవలసినంత కారణం ఏమి గలిగిందో?” అన్నా. వాడి మనస్సులో ఏమి గలి గిందో కాని కిగలేట్ త్రాగుతూ బజారు వెంట వెళు తున్న ఒక దిప్పకాయ కుర్రవాడితో మావాడు మాట్లా డుతూ వెళ్ళటంచూచి ఇంటికి వచ్చిన తరువాత బాగా దండించా. ఆ మరునటిరోజే ఇంకొక అమాయక కుర్ర వాడిని జోడు చేసుకుని పెట్టిలోంచి 20 రూపాయలు

వరకొక 50 రూపాయలు తీసుకు పోయినా దుగ్గలేకపోన. వాడికి జమ్మి చేతులో ఉం డేది, - కాళీలో యేదో చదువుకుందామని ఇద్దరూ బయలుదేరి పోయారు. కిందరాబాదులో ఇద్దరూ తిరు గుతూ మారుపడి చీలిపోయి రెండవవాడు టిక్కెట్టు లేకుండా రైలుమీదపడి ఇంటికి లేచొచ్చాడు. మావా డే మఖోరిస్తున్నాడో? వాడుకూడా వీడితోపాటు యెప్పుడైతే మారుపడ్డాలో ఆప్పుడు లేచి రాకూడదూ? మాకింత అందోళనా, వాడికి కష్టలూ లేకుండా తప్పే విగా! అని కళ్ళనీళ్ళు పెట్టాడు. “ఆ రెండో కుర్రవాడూ మీవాడూ ఒకేక్లాసు కావోలు.” “జాను అకర్మనా డట్లా జెల్లినందుకు వాళ్ళవాళ్ళూ దిగులుపడ్డారు. వాళ్ళమీద దిగులపడి వాడు పదిరోజులకల్లా తిరిగి చక్కా వచ్చాడు. తల్లి. కాగిలింతుకుని నాయనా! యొక్కడికి జెళ్ళొవ్వరా! అని ఏడుస్తుంటే, తండ్రి, “వాడికి యొక్కడ ఇంట్లో వసతిగా లేకపోయింది గామలును. అందుకోసమని యొక్కడకన్నా పోయి నుఖపడడానికి వెలితే వాడి తేమాన్ని కోసిన సువర్ణ కూడా ఎందుకు ఏడుస్తున్నావో నా కర్కం కావటలే దని భార్యను కూకలేకాడట. ఆమాటల్లో అకుర్రవాడు ఏడుస్తూ తండ్రిని చుట్టవేసుకుని, నేను తెలియక రేపు చేశా. నా స్నేహితుడు ఫలాలివాడితో కలసి పోయి రైలులో టిక్కెట్టూ భోజనమూ లేక బహుభయం పడ్డా. మళ్ళీ మిమ్మల్ని ఎప్పుడు చూస్తానా అని దిగులు పడ్డా. క్షురేపు తమించండి” అని అకర్మనాడు ఏడ్చు డుట. అతండ్రి కొంతసేపటికి కొడుకును బుజ్జగించి - “ఫరవాలేదులే. ఇక ముందు నాతో సంప్రదించకుండా

ఏపనీ చెయ్యకు' అని మందలించాడట. చూచారా! అట్లా ఎప్పుడు నా కుర్రవాడు నా కళ్ళమెదుట వచ్చి పడతాడో గదా!" అన్నాడు. నేను వెంటనే "మీరు ఊరికి నే దండించేవారు గనుక పారిపోయి మళ్ళీ వస్తే కొట్టి కొరపన పెడతారనే భయంతో ఇంటికి రాక పైకి వెళ్ళతాడేమో"నన్నా. నేనన్నానోలేదో, "లేదండిబాబు! ఇక కొట్టకు. నాశిష్టు నేను బాగాగ్రహించుకుని చక్కాత్తాప పడుతున్నా"నని విగలపడి నావంక చూచాడు. "అట్లా మీలో పరివర్తన గలిగితే నాడు మళ్ళీ వచ్చే ఈ వారంనాటికి మీమీద పేమపుట్టి ఆ రెండోకుర్రవాడికి మల్లే ఎందుకు తిరిగి రాకుండా ఉంటాడూ?" అన్నా. "మీ నోటివాక్యాన తిరిగి వస్తే తిరుపతి జైల్లో స్వామిదర్శనం కుటుంబంతో సహాచేస్తానన్నాడు. ఇంతలో యెవ్వరో కుర్రవాడు ప్లాట్ ఫారం మీద నడుస్తున్నాడు. "అటాగో అంత కుర్రవాడేనండీ- అట్లాగే ఉంటాడు. అంతే ఎత్తు. పేరు.. మీకు బండిలో

గాని స్టేషన్ లో గాని కనపడితే తెనాలికి పంపండి. మీ అమ్మో, నాన్నా - చెల్లెలూ చాలా దిగులుతో ఏడుస్తున్నారని చెప్పండి" అన్నాడు. "చిత్తం అట్లాగే లెండి. చూచారా! మీరా పసివాడి హృదయాన్ని గాయ ఫరచి ఉక్కిరి బిక్కిరి చేసినందుకు మీ హృదయాల మీద తీరని యెంతపూతీ కారం జరిగిందో! నా బంధువులతోనూ స్నేహితులతోనూ బిడ్డల పోషణను గురించి మాట్లాడుకునేందుకు మీ కథ బాగా ఉపచరించింది. ఇక నెలపు. జైవానుగ్రహంవల్లనూ మీ హృదయ పరివర్తనము వలననూ మీ కుర్రవాడు అచిరాత్ సుమ్ములను కలియగలడని నా నమ్మకం" అన్నా. ఇంతలో గంట కొట్టారు. "అదిగో! గంటకొట్టారు. వాడు నాకళ్ళపడితే ధన్యుడే" అన్నాడు.

ఆ తిండి ప్రతి పెట్టెవంకా చూడడం మొదలుపెట్టాడు. మేమిద్దరం ఏటాకోసం పూతిపెట్టా జెడకటం ప్రారంభించాం.

ప్రకృతికార్యాలయ ద్విస్త 1942 సం॥ డిసెంబరు నెల జమా ఖర్చులు

జమ :— వెనుకటి నెలనిల్వ. 69-15-4; ప్రకృతి పత్రిక, 143-5-0; పుస్తకములు, 83-4-6; యిండ్ల అద్దెలు, 14-0-0; ప్రింటింగు, 234-0-0; అప్పులనమాన్లు, 301-8-0, అడ్వాన్సులు, 5-0-0; వెరళి. 851-0-10.

ఖర్చులు :— ప్రకృతి పత్రిక, 234-0-0; పుస్తకముల పోస్టేజీలు, 11-3-0; మిన్ లేనయస్, 2-9-0; ప్రకృతి పోస్టేజీలు; 8-11-6; స్టేషనరీ, 24-9-6; భరణము, 75-0-0, నౌకర్లు, 47-8-0; ప్రింటింగు అడ్వాన్సు, 8-0-0; జనరల్ పోస్టేజీలు 4-15-0; యిండ్లపన్నులు, 6-15-1; రంగు కాయితాలు, 35-0-0; అప్పులు తీర్చినది, 5-0-0; నిల్వ రొఖం, 387-9-9; వెరళి. 851-0-10.

యల్. సుదర్శనరావు.

మేనేజరు. 19-1-43

NATURE CURE BOOKS FOR ALL

	Rs.	A.	P.
Practical Nature Cure	4	0	0
Indian Nature Cure	0	10	0
Thoughts on diet	0	8	0
Mortality in India	0	2	0
Yoga Asanas chart	0	5	0
Universal Uncooked Food	4	0	0
Man's Food Unveiled	2	0	0

	Rs.	As.	P.
Mind & Vision	4	0	0
Bate's Principles of			
Eye Treatment	1	0	0

Apply to ;—

Prakriti Karyalaya Trust,

Bezwada.

ప్రకృతిచికిత్స గ్రంథములు

శల		శల		శల		శల	
ఇతరులకు చందాదార్లకు		ఇతరులకు చందాదార్లకు		ఇతరులకు చందాదార్లకు		ఇతరులకు చందాదార్లకు	
దురభ్యాసఖండములు				సంవాహనచికిత్స			
జీవహింస	0 40	0 30		రక్తప్రవాహనచికిత్స	0 60	0 40	
అనుభవసందేహము	0 120	0 80		వైద్యచికిత్సపద్ధతి	0 50	0 30	
మహారోగము	0 80	0 60		జాగరణ చికిత్స	0 100	0 10	
పొగచుట్ట - ముక్కు-బొడుం	0 40	0 30		నిశ్శుక్త శరీర పరిశోధన	0 40	0 40	
పొగచుట్టపరిచి పరీక్షాదశలు	0 06	0 06		వైద్యపద్ధతులు	0 80	0 80	
కలుముంత - సారాపీషా	0 40	0 30		త్రాదోషములు	0 60	0 40	
జ్వరపైద్య మొకయూహశాస్త్రము	0 40	0 20		సీతాయువు	0 06	0 06	
టీకాల వేయరాదు, యెందుకొ?	0 20	0 20		పృథ్వీచికిత్స	0 26	0 16	
టీకాలన కేమి? ద్వాకరఅభిప్రాయము	0 20	0 20		వివిధార్థసాగరము	0 26	0 16	
టీకాల ఖండన	0 10	0 10		వివిధవ్యాధులకు చికిత్సగ్రంథములు			
జాగ్రత్త పరీక్షాదశములు	0 03	0 03		క్షయ	0 120	0 80	
అరోగ్యవిషయక గ్రంథములు -				శుక్లసప్తము	0 120	0 80	
స్వాభావిక చికిత్సానియమములు	0 50	0 40		చలిజ్వరము	0 40	0 40	
అరోగ్యాదర్శము	0 80	0 70		హిస్టేరియా (మూర్ఖ)	0 40	0 40	
ప్రకృతిచికిత్సాపద్ధతులు				బాలెంతరోగము	0 40	0 40	
1 భాగములు, ఒక్కొక్కటి	0 50	0 40		సుధుమేహము	0 40	0 40	
చాలిక్రిడలు	0 30	0 30		మలబద్ధకము	0 40	0 40	
శిశుమాతల కొక సంవత్సరము	0 40	0 30		వేదాంతము, ఇతరములు			
అరోగ్యము - కామేశ్వ	0 30	0 20		మహారోగము	0 120	0 80	
సీతాయువు	0 06	0 06		నిర్విచారతీవనము	0 120	0 80	
సుఖపర్యవేషము	0 06	0 06		యు కిచ్చికాశము	0 80	0 50	
*అరోగ్యతీర్థము	1 00	0 120		రామతీర్థస్వామివేదాంతోపన్యాసములు			
వివిధచికిత్సగ్రంథములు				1. భాగము	0 80	0 50	
పురుటలు	0 06	0 06		2. భాగము	0 80	0 50	
*పృథ్వీ అరోగ్య వైద్యము	1 40	1 40		భగవద్గీతాసారము	0 60	0 40	
*పృథ్వీ గృహవైద్యం	2 80	2 00		మమండమాల	0 10	0 10	
క్లిష్ట రోగచికిత్స సారము	1 80	1 80		వ్యాయామము			
ప్రకృతి చికిత్సాపద్ధతులు				*అనుభవయోగాభ్యాసము	1 40	1 40	
1. భాగము	1 80	1 00		పృథ్వీ వెనుకటి సంపుటములు			
2. భాగము	1 40	0 150		పృథ్వీ 4,5,6,7,11 సంపుటములు			
3. భాగము	1 80	1 00		ఒక్కొక్కటి ఇతరులకు	1 80		
4. భాగము	0 60	0 40		చందాదారులకు	1 20		
5. భాగము	0 60	0 40		పృథ్వీ 12,13,14,15 సంపుటములు			
6. భాగము	0 60	0 40		ఒక్కొక్కటి ఇతరులకు	3 00		
7. భాగము	0 60	0 40		చందాదారులకు	2 80		
ఉపవాసచికిత్స	1 00	0 120		పృథ్వీ 16వ సంపుటము			
జ్వరచికిత్స	0 100	0 80		చందాదారులకు	1 40		
ధ్వజచికిత్స	0 80	0 60		చందాదారులకు	1 00		
జంబీరచికిత్స	0 30	0 20		17,18,19,20,21,22,23 సంపుటములు ఇతరులకు	3 00		
యోగచికిత్స	0 60	0 40		చందాదారులకు	2 80		

చిరునామా: పృథ్వీకార్యాలయబ్లిప్రెస్, బెజవాడ.

40

ప్రకృతి

సచిత్ర సహజ వైద్య మాస పత్రిక.

ఈ ప్రస్తుత నాగరిక పరిపంచములో మానవుడు ప్రకృతి నియమములను అనుసరింపక తాత్కాలిక కామ్య సుఖముల కానపడి వెనుజెంటునే దుఃఖము ననుభవించుచున్నాడు. మానవుడు ఈ ప్రకృతముగ అనుభవించుచున్న శారీరక, మానసిక వ్యాధిబాధలనుండి తప్పించుకొను సాధన లేవో ఈ పత్రిక వివరించును.

మందులు, ఇంజక్షన్లు అవసరము లేకుండా ఆతిమాతృము, క్షయ, కుష్టు, రాశపుండు మొదలగు అసాధ్య వ్యాధులనుమాడ గాలి, సూర్యకిరణములు, జలము, ఉపశాసము, ఫలాహారము, అధః శయనము, అగ్రహార్యము, మజ్జీ, వ్యాయామము, మర్దన మొదలగువానివలన నిర్మూలించు సులభమగు విధానములను తెలుపును. వంశర చందా రు 3-0-0లు మాత్రము.

750 పుటలు. సునిశిత వైద్యము

100 చిత్రములు

డాక్టరు యి. డి. బ్యూబిక్, M.D., L.L.D., గారితో ఆంగ్లభాషలో వ్రాయబడిన సుప్రసిద్ధ వైద్య గ్రంథమునకు

డా. పుచ్చా వెంకట్రామయ్య, N. D., D. M. గారి భాషాంతరీకరణము.

సునిశితములగు సూర్యకిరణచికిత్స, ఛర్మచికిత్స, యోగనిద్రాచికిత్స మొదలగు విషయము లిందు విపులముగా వివరింపబడినవి. గ్రహించ సాధ్యము కానివిగా వదలివేయబడిన స్పష్టికరణ్యముల నేకములు కాశ్మీయుముగా వివరింపబడినవి.

నిండు కాల్కోబెండు 1కి శల 4-8-0.

ప్రకృతి పత్రిక చందాదారులకు 3-8-0

పోస్ట్ పేజి ప్రత్యేకము.

గ్రంథవిషయసూచిక కోరినవారికి పంపబడును.

ఆరోగ్య తత్వము

డాక్టరు పువ్వాడ పేట్రాజు గారి చేరచింపబడినది

శల రు 1-0-0. ప్రకృతి చందాదారులకు రు 0-12-0.

అహారమునుగూర్చిన సమస్తల సన్నిహితులగు - రోగములయొక్క చికిత్స అన్నింటినీగూర్చి ఇది సమగ్రమైన గ్రంథము. ఏమి తినవలెనను సందేహముగలిగినగాని, ఏ వ్యాధిని ఎటుల కుదుర్చుకొనవలెనను ప్రశ్నకుగాని ఈ గ్రంథము సందేహములేకుండ సమాధానము చెప్పవచ్చును.

ప్రకృతికార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.

క్రొత్త కూర్పు.

34 అధ్యాయములు, 400 పుటలు.

తోటి వైద్యము

సచిత్రము
70 పటములు

అనేక సూతన చిత్రపటము లిందు జేర్చబడి సూతన షక్తిని ముద్రింపబడినది. కూనే మహర్షి గారి ఆభివ్రత వైద్యశాస్త్రము, ముఖవై ఖరీద్య, రోగరోగ్యవిశేషము, శిశుపోషణము అను గ్రంథములలోని ముఖ్యవిషయములు తేటతెల్లముగ వివరింపబడినవి. ప్రశస్తి త్రరములు జేర్చబడినవి.

అశలు శల రు 3-0-0.

ప్రకృతి చందాదారులకు, శల రు 2-8-0.

వివరములకు:—మేనేజరు, ప్రకృతికార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.

